

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребёнка - детский сад № 89
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
ГБДОУ ЦРР – д/с № 89

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад № 89
от «30» августа 2019 года
Протокол № 1



УТВЕРЖДЕНА
приказом по ГБДОУ ЦРР – д/с № 89
от «30» августа 2019 № 54/8 - од

С учетом мнения Совета родителей
ГБДОУ ЦРР – д/с № 89
от «30» августа 2019 года
Протокол № 1

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«СА-ФИ-ДАНСЕ»**

Программа адресована детям 6-7 лет

срок реализации
2019 – 2020 учебный год

Автор программы:
Румянцева Галина Николаевна
педагог дополнительного образования

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

В наше социально - ориентированное время, когда жизнь человека стала оцениваться мерой успеха, признания и достижения конкретных целей, всестороннее развитие ребенка средствами музыки и ритмических движений, играет немаловажную роль в развитии творческой и гармонично-успешной личности ребёнка. Музыкально - ритмические движения, являются синтетическим видом деятельности, следовательно, эта программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психологические процессы, которые лежат в их основе

1.2 Основания разработки программы

Психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного («музыкального») инструмента. Данная программа разработана в соответствии с: - Федеральным Законом об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 года №273-ФЗ; - Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 года № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»; - с учетом дидактических принципов развивающего обучения, психологических особенностей дошкольников

Программа состоит из следующих разделов:

Танцевальная азбука.

Ориентация в пространстве.

Общеразвивающие и дыхательные упражнения.

Партерная гимнастика

Элементы танцевальных движений (народный, бальный, характерный, современный танец)

Игры (музыкальные, музыкально-дидактические)

Танцевально-игровое творчество

Репертуар (пляски, танцы, хороводы, этюды-драматизации)

Рабочая программа по ритмическому воспитанию и развитию дошкольников и является основанием для оценки качества музыкально-ритмического образовательного процесса в детском саду.

Рабочая программа рассчитана на 1 год обучения:

Репертуар программы – является вариативным компонентом программы и может быть изменен, дополнен в связи с календарными событиями и планом реализации коллективных и индивидуально – ориентированных мероприятий, обеспечивающих удовлетворение образовательных потребностей разных категорий детей. Новизна предлагаемой программы состоит в том, что предлагаемый материал можно использовать творчески, адаптируя к условиям работы. Программа ориентирована не только на развитие детей, но и на совершенствование профессионализма самого педагога.

В качестве Музыкального сопровождения предлагаются целостные произведения в аудио записи или «живом» исполнении, а не отрывки, как это принято в традиционных музыкально- ритмических упражнениях. Целостный музыкальный образ передаётся разнообразными пластическими средствами, требующими

свободного владения телом, музыкального слуха, богатого воображения и фантазии.

Программа основана на игровом методе с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. На компоненте непосредственно образовательной деятельности используются различные виды музыкально – ритмической деятельности: образно – игровые композиции (сюжетные композиции, этюды, включающие имитационные, пантомимические движения), танцевальные композиции и сюжетные танцы.

Педагогическая целесообразность: образовательной программы обусловлена тем, что в связи с удовлетворением возрастающих потребностей детей в сфере танцевально-двигательной активности, музыкально-ритмической творческой деятельности, а так же с изменением целевых ориентиров деятельности образовательных учреждений, направленных на внедрение здоровьесберегающих технологий, на физическое и творческое развитие детей назрела необходимость комплексного подхода к организации учебно-воспитательного процесса в рамках дополнительных занятий с детьми ритмикой.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она изменена, дополнена и адаптирована к условиям образовательного процесса ГБДОУ ЦРР д/с № 89

Красногвардейского района и разработана на старший дошкольный возраст (6 - 7 лет). Программа содержит нетрадиционные формы проведения занятий с использованием музыки и игры.

Отличительной чертой программы является дифференцированный подход к обучающимся. Актуальность программы объясняется интересом детей и их родителей к такому виду разнообразной и увлекательной деятельности, которая является наиболее доступной и эффективной в условиях детского учреждения.

В настоящее время одним из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных ритмопластических направлений, является ритмика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях.

Эффективность – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека.

Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных. Возможности применения упражнений танцевально- ритмических упражнений довольно широки и могут быть использованы в дошкольном учреждении.

В этой связи актуальной становится проблема разработки программы по дополнительному образованию детей дошкольного возраста с использованием нетрадиционных, разнообразных форм, средств и методов эстетического и музыкального воспитания детей.

1.3 Цели и задачи реализации

Цель:

программы

содействовать творческому развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики. Создать необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой. Обучение по программе «Са-Фи-Дансе» создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

-содействия всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

Задачи:

1. Воспитательные задачи

- формировать у детей ценностное отношение к творчеству, к различным танцевальным стилям,
- воспитывать у обучающихся способность к творческому взаимопониманию, потребности и готовности в совместной деятельности коллектива, чувство ответственности за партнеров и за себя на сцене, активность, дисциплинированность, самостоятельность, трудолюбие, аккуратность, толерантность,
- содействовать сохранению и укреплению здоровья детей,
- способствовать социальной адаптации ребенка в условиях культурно-развивающей образовательной среды.

2. Обучающие задачи

- сформировать у детей танцевальные знания и навыки на основе овладения программного материала,
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать

движения с музыкой;

- дать основные знания детям в овладении внешней и внутренней техникой своего тела,
- научить детей управлять своими движениями в соответствии с образом и музыкой, чувствовать и понимать язык танца

3. Развивающие задачи

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- совершенствовать музыкально-ритмические способности (чувство ритма, музыкальный слух),
- развивать физические качества (гибкость, мышечная сила, скорость, выносливость, координация),
- развивать психические качества (волю, внимание, память, воображение, владение своим самочувствием),
- развивать фантазию и воображение.

1.4 Принципы и подходы

При распределении разделов программы обучения учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности, физические возможности и психологические особенности детей данного возраста.

Для достижения цели образовательной программы использовались следующие **основные принципы**:

- **принцип доступности и индивидуальности** (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому участнику кружка.)
- **принцип постепенного повышения требований** (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок.)
- **принцип систематичности** (непрерывность, регулярность занятий.)
- **игровой принцип** (занятие строится на игре.)
- **принцип сознательности, активности** (сознательное,

заинтересованное отношение ребенка к своим действиям.)

- **принцип повторяемости материала** (повторение вырабатываемых двигательных навыков.)

принцип наглядности (практический показ движений.)

1.5 Характеристика особенностей развития детей групп

Старший возраст

Возраст 6 - 7 лет достаточно хорошо изучен психологами и физиологами, которые характеризуют этот период детства, как период неравномерного и волнообразного развития. Развитие центральной нервной системы идет активно. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. У ребенка интенсивно формируется нагляднообразное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. Наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребёнка. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Поэтому приоритетными задачами становятся: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца.

1.6 Сроки реализации программы

Программа рассчитана на детей в возрасте 6-7 лет, с продолжительностью обучения 1 год-64 часа.

1.7 Целевые ориентиры

Старший возраст

- основные виды движений: виды шага в танце: хороводный, приставной; шаг польки, поскоки, виды галопа; -танцевальные движения: «пружинка», «самоварчик»; - две позиции рук, четыре позиции ног; - произведения разного жанра: танец, полька, народная пляска; - части музыкального произведения; К концу года дети должны уметь: - выразительно исполнять движения под музыку; - уметь самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности; - освоить большой объём разнообразных композиций и отдельных видов движений; - импровизировать с использованием оригинальных и разнообразных движений; - сочинять несложные плясовые движения и комбинировать их.

Методические приемы

Игровой метод	<p>Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста.</p> <p>В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.</p>
Наглядный метод	<p>выразительный показ под счет, с музыкой.</p>
Метод аналогии	<p>В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где используется игровая атрибутика, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.</p>
Словесный метод	<p>Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.</p>
Практический метод	<p>Заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.</p>
Метод зеркального показа	<p>Применяется тогда, когда необходимо контролировать методику исполнения движения или комбинации.</p>
Показ при помощи ученика	<p>Этот метод позволяет делать анализ и исправлять ошибки во время исполнения движения.</p>
	<p>Преподаватель стоит лицом к детям и выполняет движение по зеркальному принципу: говорим о правой стороне, а выполняем левой.</p>
	<p>Используется тогда, когда дети уже имеют определенные навыки и умения, и могут пользоваться своими знаниями.</p>
	<p>Методика исполнения движения или комбинации должна быть не сложной.</p>
Видео-метод	<p>Может применяться для самостоятельной работы детей и часто используется в обучении танцевальных движений.</p> <p>Безошибочное воспроизведение изученного –</p>

главное требование и основной критерий эффективности хореографического обучения.

Кроме того, он экономит время и облегчает понимание несложных комбинаций.

Работа по данной программе строится на принципе интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, носит инновационный характер, так как в системе работы используются игровые методы и способы развития творчества детей.

Формы и режим занятий.

Содержание программы ориентировано на одновозрастные группы детей: 1 год обучения наполняемость – 20 человек. В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам: - смена места жительства, противопоказания по состоянию здоровья и в других случаях.

Ведущей формой организации обучения является групповая и подгрупповая, индивидуальная.

Условия набора обучающихся в коллектив: принимаются все желающие.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной работы с детьми

1. Танцевально-ритмическая гимнастика.

Игроритмика. Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Хлопки в такт музыки. Ходьба, сидя на стуле. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различие динамики звука «громко — тихо». Выполнение упражнений под музыку. Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет, только на первый счет. Выполнение простейших движений руками в различном темпе.

Игrogимнастика. **-Строевые упражнения:**
Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижение в сцеплении. Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение в рассыпную, бег в рассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по

ориентирам. Повороты переступанием по команде. Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога. Передвижение в обход шагом и бегом.

-Общеразвивающие упражнения:

Упражнения без предмета. Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами. Основные движения туловищем и головой. Полуприсед, упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа. Комплексы общеразвивающих упражнений. Упражнения с предметами. Упражнения с погремушками, султанчиками (хлопками). Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Сочетание основных движений прямыми или согнутыми руками. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения головой. Сочетание упоров с движениями ногами. Упражнения с платочками, шарфиками, косынками.

-Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:

Свободное опускание рук вниз. Напряженное и расслабленное положения рук, ног. Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с выдохом. Упражнения на осанку, стоя спиной к опоре. Имитационные, образные упражнения. Потряхивание кистями и предплечьями. Раскачивание руками из различных исходных положений. Контрастное движение руками на напряжение и расслабление. Расслабление рук в положении лежа на спине. Посегментное свободное расслабление рук в положении лежа на спине, потряхивание ногами из положения лежа на спине. Лежа на спине при напряжении мышц — выдох; при расслаблении мышц — вдох. Упражнения на осанку в стойке: руки за спину с захватом локтей. Имитационные, образные упражнения.

-Акробатические упражнения:

Группировки. Присед ноги врозь, сед на пятках. Перекаты в положении лежа, руки вверх и в приседе на пятках с опорой на предплечья. Равновесие на носках с опорой и без нее. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях. Группировка в положениях лежа и сидя, перекаты в ней вперед — назад. Из упора присев переход в положении лежа на спине. Сед ноги врозь широко. Равновесие на одной ноге с опорой и без опоры. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

Игротанцы.

-Хореографические упражнения:

Полуприседы, подъемы на носки, держась за опору. Стойка руки на пояс и за спину. Свободные, плавные движения руками. Комбинации хореографических упражнений. Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья. Выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре. Повороты направо/налево, переступая на носках, держась за опору. Полуприседы, стоя боком к опоре. Комбинации хореографических упражнений.

-Танцевальные шаги:

Шаг с носка, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседы. Приставной шаг в сторону. Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов. Мягкий, высокий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги. Прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же с поворотом на 360°. Поворот на 360° на шагах. Комбинации из изученных танцевальных шагов.

Ритмические танцы:

«Хоровод», «Мы пойдем сначала вправо», «Танец сидя», «Галоп шестерками» (на приставном шаге), «Если весело живется», «Танец утят», «Лавота», «Кузнечик». «Автостоп», «Большая прогулка», «Вару-вару», полька «Старый Жук», «Большая стирка», «Полька-хлопушка», «Матушка-Россия».

2. Нетрадиционные виды упражнений.

Игротластика. Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

Пальчиковая гимнастика. Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях: поочередное сгибание и разгибание пальцев, работа одним пальцем, круговые движения кистью и пальцами, выставление одного, двух и т.д. пальцев, «сцепление», соединение большого пальца с другими, касание пальцев одной руки с другой рукой («здороваются»), движение пальцев по различным частям тела и поверхности стола. Упражнения пальчиками с речитативом.

Игровой самомассаж. Поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме. *Музыкальные игры.* «Отгадай, Чей голосок», «Найди свое место», «Нитка — иголка», «Попрыгунчики-воробышки», «Мы — веселые ребята», «Совушка», «Цапля и лягушки», «У медведя во бору», «Водяной».

Игры-путешествия. «На лесной опушке», «Путешествие в морское царство— подводное государство», «В гости к Чебурашке», «Конкурс танца». «Карлики и великаны», «Найди предмет», «Два Мороза», «Птица без гнезда», «Автомобили», «Воробушек», «Космонавты», «Усни-трава», «Поезд», «Музыкальные стулья»; музыкально-подвижные игры по ритмике и с использованием строевых и общеразвивающих упражнений. «Лесные приключения», «Времена года», «На выручку карусельных лошадок», «Путешествие в Кукляндию», «Космическое путешествие на Марс», «В мире музыки и танца»

3. Креативная гимнастика.

Музыкально-творческие игры «Кто я?», «Море волнуется». Специальные задания. «Создай образ», «Импровизация под песню», «Аи да я!», «Творческая импровизация». Специальные задания «Художественная галерея», «Выставка картин».

Раздел «Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных

способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для моголасования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Раздел «Игрогимнастика» служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Са – Фи – Дансе». В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

Раздел «Игротанцы» направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость занимающимся. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы, как историко-бытовой, народный, бальный, современный и ритмический танцы.

В разделе «Танцевально – ритмическая гимнастика» представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на занимающихся, решают конкретные задачи программы. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

Раздел «Игропластика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений и упражнения стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме.

Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, свободно выражая свои эмоции, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

Раздел «Пальчиковая гимнастика» в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

Раздел «Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Раздел «Музыкально – подвижные игры» содержит упражнения, применяемые практически на всех уроках, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой гимнастике.

Раздел «Игры – путешествия» (или сюжетные занятия) включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть что пожелаешь.

Раздел **«Креативная гимнастика»** предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

Учебный план (образовательные нагрузки)

Подготовительная группа

Длительность условного учебного

До 30 мин

часа (в минутах)	
Количество условных учебных часов в неделю	2
Общее количество занятий в год	64

Учебно-тематический план

Старший возраст

1-ое полугодие

	ОКТАБРЬ	НОЯБРЬ	ДЕКАБРЬ
Диагностика уровня музыкально-ритмических способностей детей	Диагностика		
Танцевальная азбука. Ориентация в пространстве.	<p>Актуализация знаний о простейших построениях: колонна, шеренга, круг.</p> <p>Совершенствование навыка построения в колонну по 3.</p> <p>Танцевальный рисунок: шахматный порядок, диагональ.</p> <p>Знакомство с техникой исполнения русского народного поклона и смысловым значением в нем движений (только руки)</p> <p>Танцевальные позиции ног: I, II, III, VI; Танцевальные позиции рук (подг. I, II, III); Классический поклон (реверанс у девочек, поклон у мальчиков)</p> <p>Движение с ускорением, замедлением темпа.</p> <p>Движение по линии танца, против линии</p>	<p>Совершенствование навыка построения в колонну по 3.</p> <p>Танцевальный рисунок: шахматный порядок, диагональ.</p> <p>Перестроения: «расческа», две колонны, две линии, сужение круга, расширение круга.</p> <p>Совершенствование навыка правильного исполнения танцевальных позиций рук (подг. I, II, III); Движение по линии танца, против линии танца</p> <p>Шаг на каждый счет и через счет.</p>	<p>Танцевальный рисунок: шахматный порядок, диагональ, «змейка»</p> <p>Перестроения: шеренга, «расческа», две линии, две колонны, сужение круга, расширение круга.</p> <p>Совершенствование навыка правильного исполнения танцевальных позиций ног: I, II, III, VI Хлопки в такт музыки. Хлопки на каждый счет и через счет</p>

	танца лицом вперёд и спиной		
Общеразвивающие и дыхательные упражнения. Партерная гимнастика	Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса (игровая разминка «Я танцую») Партерная гимнастика: - упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника (игропластика «В гости к кошке») упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног (игропластика «В осеннем лесу») Дыхательные упражнения «Насос», «воздушный шар», «Водолазы»	Образно-танцевальная композиции из ранее разученных общеразвивающих движений - «Чебурашка». Партерная гимнастика: - упражнение на осанку в седе и седе «потурецки». Различные движения руками, повороты туловища, соединение ладоней за спиной пальцами кверху (игропластика «Путешествие в восточные страны»)	Танцевально-ритмическая гимнастика по выбору детей Партерная гимнастика по выбору детей Дыхательные упражнения по выбору детей
Элементы танцевальных движений (народный, бальный, характерный, современный танец)	Совершенствование исполнения подскоков, приставного шага, выставление ноги на носок и пятку, бокового и прямого галопа Формирование навыка выразительной работы с предметом – «Упражнения с ленточками», укр.н.м., обр. Р. Рустамова Шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд и кружении	Поочерёдное выбрасывание ног в прыжке Полуприседание с выставлением ноги на пятку Высокий шаг Движения рук: «моторчик», «приглашение», «паровозы» Хлопки в парах: «стенка», «крестики»	Плавный хороводный шаг с продвижением вперед на носках Танцевальный шаг с носка, «пружинка» Движения рук: «поющие руки», плавные перекрестные движения над головой, поочередные плавные движения руками, разведенными в стороны. Позиции рук в парах: «вертушка»
Игры (муз-ые, муз.-дидакт.).	«Ловишка», муз. Й. Гайдна «Будь ловким!», муз. Н. Ладухина	Игры по выбору детей	«Не выпустим» муз. Т. Ломовой «Игра с бубном», муз. М. Красёва

«Найди себе пару»,
латв. н.м., обр. Т.
Потапенко «Игра со
звоночком», муз. С.
Ржавский

**Танцевально-
игровое творчество**

<p>Напряженное и расслабленное положение рук и ног в образнодвигательной форме и различных исходных положениях: лежа, стоя, сидя («тряпичные куклы», «оловянные солдатики», «роботы» и т.д.) Инсценировка песен «Котик и козлик», «Я полю, полю лук», муз. Е. Тиличевой Имитационнообразны е упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук – «воробушки полетели Инсценировка песни- хоровода «К нам гости пришли», муз. Ан. Александрова, сл. М. Ивенсен Игровой самомассаж («Ладошки-мочалки», «Смываем водичкой руки, ноги» и т.д.)</p>	<p>Инсценировка песни «Чебурашка», муз. В.Шаинский, Э.Успенский Напряженное и расслабленное положение рук и ног в образно-двигательной форме и различных исходных положениях: лежа, стоя, сидя Формировать умение изображать сказочных животных и птиц (лиса, медведь, заяц и т.д.)</p>	<p>Коллективное придумывание движений и композиции к танцу по заданной мелодии «Кузнечик» («Песня о кузнечике» на муз. В.Шаинского). Игровой самомассаж и упражнения в расслаблении по выбору детей.</p>
--	---	--

**Репертуар (пляски,
танцы, хороводы,
этюды
драматизации)**

<p>«Дружные пары», муз. И. Штрауса («Полька») Танец- игра «Танец сидя», «Полька Трик-трак», муз. С. Войтенко, Д. Храмков Хоровод «Урожайная», муз. А. Филиппенко, сл. О. Волгиной Этюды «Тихий танец», муз. В. Моцарта, «Ёжик и мышки», муз. М.</p>	<p>Характерный танец - «Танец гномов», муз. Ф. Черчеля Этюд «Кот Васька», муз. Г. Лобачева</p>	<p>«Танец Снегурочки и снежинок», муз. Р. Глиэра «Новогодняя хороводная», муз. С. Шайдар</p>
---	--	--

2-ое полугодие

	ЯНВАРЬ- ФЕВРАЛЬ	МАРТ	АПРЕЛЬ	МАЙ
Диагностика уровня музыкально-рит- мических способностей детей				Диагностика
Танцевальная азбука. Ориентация в пространстве.	Танцевальные рисунки: концентрические круги (внешний и внутренний круг); «змейка» Изучение техники исполнения русского народного поклона с приставными шагами. Совершенствован- ие правильной постановки рук на поясе через позиции классического танца	Танцевальные рисунки: две колонны, шеренга, полукруг Построения и перестроения группы: «Воротца», «Звёздочки», «Карусели». Совершенствова- ние техники исполнения русского поклона	Танцевальные рисунки: «улитка», «ручeёк», сужениерасшире- ние круга, «расческа» Движение по линии танца, против хода, в колонне по диагонали, в шеренге взявшись за руки, Движение с ускорением, замедлением темпа	Совершенствован- ие изученных в течение года танцевальных рисунков и перестроение
Общеразвиваю- щие и дыхательные упражнения. Партерная гимнастика	Упражнения на координацию движений: повороты головы с шагами, движение рук и головы с шагами и др. (танцевальнорит-	Упражнения на координацию движений с предметом (мячи) – «Упражнения с мячами», муз. Т. Ломовой (Танцевальнорит	Упражнения на координацию движений с предметом (мячи) – «Упражнения с мячами», муз. Т. Ломовой (Танцевальнорит	Танцевальноритм- ическая гимнастика по выбору детей Партерная гимнастика по выбору детей

мическая композиция «Коробейники») Партерная гимнастика: упражнения на подвижность стопы и эластичность голеностопного сустава. Упражнения для выворотности ног (игропластика «На лесной полянке») Дыхательные упражнения «Ветер», «Насос», «Воздушный шар»	мическая композиция «Воздушные мячи») Партерная гимнастика: упражнения для развития мышц спины и гибкости позвоночника по выбору детей. Дыхательный упражнения по выбору детей	мическая композиция «Воздушные мячи») Партерная гимнастика: упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног по выбору детей. Образные упражнения на развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног
---	--	---

Элементы танцевальных движений (народный, бальный, характерный, современный танец)

Формирование навыка выразительной работы с предметом – упр. «Передача платочка», муз. Т. Ломовой Элементы русской пляски: притопы, «пружинка», шаги с притопом на месте, боковой приставной шаг, «ковырялочка», «распашонка» Положение рук в парах в русской пляске: «воротики», «вертушка», «звёздочка», «лодочка»	Приставной шаг с притопом, выставление ноги на пятку и на носок в полуприседе, «ковырялочка», танцевальный шаг с носка, высокий шаг; присядка по 6 поз. (у мальчиков); Положения рук: «держим косынку за кончики», «мельница назад»; Кружение в парах и по одному.	Хороводные шаги: топающий (топотушки, перетопы), дробный шаг. Положения рук в русском хороводе: «воротики», «замочки», «Бараночки», «полочка»	Совершенствован ие исполнения изученных движений в течение года
---	--	---	---

Игры (муз.-ые, муз.-дидакт.)

«Игра со звоночками»,	«Береги обруч», муз. В. Витлина	«Карусель». Муз. Фрагменты	Игры по выбору детей
-----------------------	---------------------------------	----------------------------	----------------------

	муз. С. Ржавской «Погремушки», муз. Т. Вилькорейской	«Чей кружок скорее соберется?», р.н.м., обр. Т. Ломовой	из «Токкатины» и «Плясок на лужайке», муз. Д. Кабалевского	
Танцевальноигровое творчество	Инсценировка песен «Весёлые музыканты», муз. Е. Тиличевой, слова Ю. Островского, «Вальс кошки», муз. В. Золотарева Игровой самомассаж – формирование умения придумывать образные поглаживание рук, ног, отдельных частей тела в определённом порядке в образноигровой форме под заданную мелодию	Развитие умения изображать сказочных животных и птиц («цирковые лошадки») Инсценировка песни «Где ты был, Иванушка?», р.н.м., обр. В. Агафонникова Двигательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят», «цветы распускаются» и т.д.	Свободная пляска под заданные мелодии («Весёлый тренаж», «33 коровы», «Весёлая полька» Т.И. Суворова, русские народные мелодии «Заинька», «Ой хмель мой, хмелек») Развитие умения изображать сказочных животных и птиц («медвежата») и т.д.	Инсценировки песен по желанию детей Движения игрового самомассажа по выбору детей
Репертуар (пляски, танцы, хороводы, этюды драматизации)	«Танец с разноцветными платочками», р.н.п. «Самара-городок», движ. З. Роот Этюд «Ау!» («Игра в лесу», муз. Т. Ломовой)	«Матрёшки», муз. Б. Мокроусова Этюд «Танец цирковых лошадок», муз. М. Красева	Хоровод «Змейка с воротцами» С.Руднева Этюд «Пляска медвежат», муз. М. Красева	Повторение изученных в течение года танцев и этюдов по желанию детей Развлечение «В гостях у Карлсона»

2. 2 Система педагогической диагностики (мониторинга) достижений детьми планируемыми результатами освоения программы

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей	Наблюдение	2 раза в год	2 недели в каждой группе	Октябрь Май

Педагогический анализ (диагностика) проводится 2 раза в год (вводный – в октябре итоговый – в мае).

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

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе данного репертуара).

Обследование проводится в ходе непосредственно образовательной деятельности. Основной параметр - проявление активности.

Этап 1. против 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 группе (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 так же 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 общегрупповому 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.

Методика выявления уровня развития чувства ритма и уровня сформированности танцевальных движений детей

Старший дошкольный возраст

1. Движение

Передача в движении характера знакомого музыкального произведения (2-х и 3-х частная форма):

высокий – ребенок самостоятельно, четко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

средний – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

низкий – смену движения производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

Передача в движении характера незнакомого музыкального произведения (фрагмента) после предварительного прослушивания:

высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

средний – движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений ;

низкий – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

Соответствие ритма движений ритму музыки:

высокий – четкое выполнение движений;

средний – выполнение движений с ошибками;

низкий – движение выполняется не ритмично.

Координация движений и внимания ("ритмическое эхо" со звучащими жестами в умеренном и быстром темпе)

высокий – ребенок выполняет все движения без ошибок;

средний – допускает 1-2 ошибки;

низкий – не справляется с заданием

2. Воспроизведение ритма

Воспроизведение ритма знакомой песни под свое пение:

высокий – ребенок точно воспроизводит ритмический рисунок знакомой песни;

средний – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

Воспроизведение ритма мелодии (умеренный темп)

высокий – ребенок точно воспроизводит ритмический рисунок мелодии;

средний – воспроизводит ритм песни с ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

Воспроизведение ритма песни шагами:

высокий – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте и по залу;

средний – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

низкий – допускает много ошибок и не справляется с заданием

Воспроизведение ритмических рисунков в хлопках и притопах:

высокий – ребенок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

средний – допускает 2 -3 ошибки;

низкий – неверно воспроизводит ритмический рисунок

3. Творчество

Сочинение ритмических рисунков:

высокий – ребенок сам сочиняет оригинальные ритмические рисунки;

средний – использует стандартные ритмические рисунки;

низкий – не справляется с заданием.

Танцевальное:

высокий – ребенок чувствует характер музыки, ритм, передает это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

средний – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке.

Старший возраст

№
П/
Фамилия, имя ребенка
а
Ориентировка
в
Хореография
ские
Упражнения
по
Ритмические танцы
Комплексы
упражнений
Упражнения
предметов
Итоговые
показа

**Итоговый
показатель по
группе
(среднее
значение)**

2.3 Интеграция образовательных областей через «Са-Фи-Дансе»

Образовательная область

Область применения «Са-Фи-Дансе», в соответствии с целевыми ориентирами ФГОС ДО

«Социум»

развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу процесса и результатов продуктивной деятельности; воспитание ценностного отношения к собственному труду, труду других людей и его результатам; формирование патриотических чувств; формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности в различных видах продуктивной деятельности.

«Познание»

формирование целостной картины мира; расширение кругозора в сфере хореографического искусства, творчества; формирование представлений: занятия по хореографии способствуют усвоению знаний о количестве предметов и их пространственном расположении; расширение кругозора в процессе соответствующей тематике беседы, различных наблюдений, экскурсий; знакомство со строением предметов, объектов.

«Коммуникация»

практическое овладение воспитанниками нормами речи, использование для обогащения словарного запаса художественных произведений и художественного слова: считалок, загадок; развитие связной и монологической речи при описании танца, музыкальной композиции, развитие коммуникативной функции речи; использование танцев в театральных постановках, для создания единого,

«Творчество»

художественного образа.

обязательное применение музыкальных произведений для обогащения содержания области деятельности, развитие детского творчества, приобщение к различным видам искусства, развитие художественного восприятия и эстетического вкуса; исполнение танца по впечатлениям просмотренных сказок, постановок; исполнение танцев в праздниках, развлечениях. Музыкалотерапия – прослушивание звуков окружающего мира; музыкальных сказок и импровизаций на различные темы, музыкальное оформление для создания настроения и лучшего понимания образа, выражения собственных чувств.

«Здоровье»

развитие всех мышц тела ребенка, воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни; предупреждение нарушения осанки; использование видов здоровьесберегающих технологий, такие как:

- Релаксация;
- Дыхательная гимнастика;
- Самомассаж.

2.4. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

Месяцы	Формы работы (консультации, открытые занятия, мастер-класс и т.д.)	Группы	Дополнительная информация
Сентябрь - 2019 г.	Анкетирование с целью выявления уровня осведомления родителей о хореографическом кружке «Са-фи-дансе»	№19, №20	
октябрь - 2019 г.	Родительские собрания по ознакомлению родителей с работой хореографического кружка цели и задачи, форма одежды	№19, №20	
Декабрь - 2019 г.	Открытое занятие	№19, №20	
В течении	Распространение	информационных	№19, №20

года	материалов: папка - передвижка «Родительский вестник», памятки, буклеты	
В течении года	Консультации в рамках консультационного пункта	№19, №20
В течении года	Оказание информационной поддержки родителям и заинтересованность в проявлении таланта детей	№19, №20
В течении года	Привлекать родителей к изготовлению костюмов к праздникам и конкурсам	№19, №20
В течении года	Участие в совместных праздниках, выступлениях и конкурсах	№19, №20
Март – 2020 г.	Знакомство родителей с разноплановыми хореографическими композициями, расширение представлений о хореографии, как о виде искусства и ее связи с окружающей их жизнью	№19, №20
Апрель – 2020 г.	Вовлечение родителями ребенка в процесс музицирования для развития ритмических способностей детей. Поощрение движений под музыку в семье (домашний концерт)	№19, №20
Май - 2020 г.	Открытое занятие	№19, №20

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
<i>Совместная образовательная деятельность:</i> Занятия (индивидуальные, подгрупповые, групповые).	<i>Самостоятельная свободная (нерегламентированная) деятельность воспитанников:</i> • Спонтанная игровая деятельность.	• <i>Игровая:</i> включает сюжетно-ролевую игру, дидактические игры, игру с правилами и другие виды игр). • <i>Коммуникативная:</i> об	• Развитие культурно-гигиенических и коммуникативно-социальных навыков. • Формирование деятельности ребенка (манипулятивной,

- Занятия комплексные, интегрированные.
- Образовательные проекты. Спортивные и интеллектуальные марафоны.
- Тематические беседы и встречи.
- Праздники и развлечения. *Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов и специально организованных мероприятий.* Игры, где замысел или организация принадлежит педагогу (дидактические, сюжетно-ролевые, подвижные, театрализованные и др.).
- Тематические досуги.
- Музыкально-театрализованные представления.

- Свободная творческая, продуктивная деятельность.

щение и взаимодействие с взрослыми и сверстниками.

- *Познавательно-исследовательская:* исследования объектов окружающего мира и экспериментирование с ними.
- *Восприятие художественной литературы и фольклора*
- *Самообслуживание и элементарный бытовой труд:* в помещении
- *Музыкальная:* восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах.

В ходе реализации программы планируется использование следующих **технологий:** Здоровьесберегающие технологии; Игровые технологии; Технологии проблемного обучения; Технологии проектного обучения; Коммуникативные технологии; Личностно-ориентированные технологии.

сенсорно-перцептивной, предметно-практической, игровой, продуктивной и другие виды деятельности).

- Развитие речи (формирование чувственной основы речи, сенсомоторного механизма, речевых функций).
- Формирование представлений об окружающем (предметном мире и социальных отношениях).
- Формирование представлений о пространстве, времени.

Методы, используемые в работе:

- Беседы, игры, этюды, направленные на знакомство с различными эмоциями и чувствами, с «волшебными» средствами понимания.
- Игры, упражнения и тренинги, способствующие развитию эмоционально-личностной и поведенческой сфер (развитие коммуникативных навыков и улучшение взаимоотношений с окружающими, снятие страхов и повышение уверенности в себе, снижение агрессии и ослабление

- негативных эмоций).
- Занятия, игры и упражнения на развитие психических процессов, (памяти, внимания, восприятия, мышления, воображения).
 - Релаксационные психогимнастические упражнения:
расслабление мышц лица, шеи, туловища, рук, ног и т. д.
 - Развитие общей моторики.

3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников

(в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26)

Учебный план (образовательные нагрузки)

Длительность условного учебного часа (в минутах)	до 30 мин.
Количество условных учебных часов в неделю	2
Общее количество занятий в год	64

3.3 Комплекс методического обеспечения музыкально-ритмического образовательного процесса.

1. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т. С.

Комаровой, М.А. Васильевой. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011. – 336 с.

2. -Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – Изд. 3-е, перераб. и доп. – СПб.: РЖ «Музыкальная палитра», 2012. – 192 с.
3. Буренина А. И. Римическая мозаика.
4. Суворова Т.И «Танцевальная ритмика». Музыкальное приложение на электронном носителе. Комплект из 6 музыкальных сборников

Музыкальное приложение.

- Музыкальное приложение на электронном носителе.
- Комплект из 6 музыкальных сборников Серия «Пойте с нами».
- Музыкальное приложение. Комплект из 4 дисков Серия «Детский праздник». Музыкальное приложение. Комплект из 4 дисков
- Наглядно - иллюстративный материал: - сюжетные картины; - пейзажи (времена года);
- Музыкальный центр «Panasonic»
- Разноцветные шарфы - 10 штук.
- Разноцветны платочки – 20 штук.
- Ленточки — 20 штук
- Погремушки — 20 штук
- Мячики — 20 штук
- Карнавальные костюмы: лиса, медведь, волк, заяц, белка, кошка, собака, тигр, сойка, красная шапочка.
- Маски-шапочки: лягушка, волк, лиса, коза, кошка, мышка, заяц, собака, медведь, белка, петух.
- Косынки (желтые, красные) – 20 штуки.

3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности

(список литературы)

1. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: (Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет). Из опыта работы муз. руководителей дет. Садов / Авт.-сост.: С.И. Бекина, Т.П. Ломомва, Е. Н. Соковникова. – М.: Просвещение, 1983. 208 с.
2. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: (Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет). Из опыта работы муз. руководителей дет. Садов / Авт.-сост.: С.И. Бекина, Т.П. Ломомва, Е. Н. Соковникова. – М.: Просвещение, 1984. - 288 с.
3. Бодраченко И. В. Музыкальные игры в детском саду для детей 5-7 лет./ Ирина Бодраченко. – М.: Айрис-пресс, 2009. – 176 с.
4. Бодраченко И. В. Музыкальные игры в детском саду для детей 3-5 лет. / Ирина Бодраченко. – М.: Айрис-пресс, 2009. – 144 с.
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – Изд. 3-е, перераб. и доп. – СПб.: РЖ «Музыкальная палитра», 2012. – 192 с.
6. Зарецкая Н. В., Роот З. Я. Танцы в детском саду /. – 3-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2006. - 112с.: ил. – (Внимание: дети!)
7. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011. – 336 с.
8. Подшибякина С. Ю. Хоровод круглый год (инсценировки, песни и танцы для дошкольников). – Волгоград: Учитель, 2007. – 123 с.
9. Радынова О. П. Песня, танец, марш. – М.: ТЦ Сфера, 2010. – 240 с.
10. Роот З. Я. Танцы с нотами для детского сада. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007. - 112с.: ил. – (Внимание: дети!) Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006. – 272 с.
11. Суворова Т.И., Учебное пособие «Танцевальная ритмика» № 1, «Музыкальная палитра», Санкт-Петербург, 2004
12. Суворова Т.И., Учебное пособие «Танцевальная ритмика» № 2, «Музыкальная палитра», Санкт-Петербург, 2005
13. Суворова Т.И. , Учебное пособие «Танцевальная ритмика» № 3, «Музыкальная палитра», Санкт-Петербург, 2005
14. Суворова Т.И. , Учебное пособие «Танцевальная ритмика» № 4, «Музыкальная палитра», Санкт-Петербург, 2006
15. Суворова Т.И., Учебное пособие «Танцевальная ритмика» № 5, «Музыкальная палитра», Санкт-Петербург, 2007

3.5 Учебный план

Разделы	Количество часов
I. Танцевально-ритмическая гимнастика	46
1. Игроритмика.	В течении года
2. Игрогимнастика.	12
3. Игротанцы.	В течении года
II Нетрадиционные виды упражнений	6
1. Игропластика.	По плану занятий

2. Пальчиковая гимнастика.	По плану занятий
3. Игровой самомассаж.	По плану занятий
4. Музыкально-подвижные игры.	По плану занятий
5. Игры – путешествия.	По плану занятий
III Креативная гимнастика	По плану занятий
Всего часов	64

Приложение № 1

Комплексно - тематическое планирование

Октябрь

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики) приставные шаги в сторону шаг с подскоком <p><i>Игроритмика</i></p> <ul style="list-style-type: none"> хлопки в такт музыки 	<p>Построение в рассыпную</p> <p><i>Танцевальные шаги</i></p> <ul style="list-style-type: none"> шаг с носка, на носках <p><i>Общеразвивающие упражнения без предмета:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку основные движения туловищем и головой <p><i>Музыкально – подвижная игра «Найди свое место»</i></p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные:</i></p> <p>поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе</p>
2-я неделя	<p><i>Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»</i></p> <p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра) <p><i>Игроритмика</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ходьба сидя на стуле хлопки в такт музыки 	<p><i>Общеразвивающие упражнения с воздушными шарами</i></p> <p><i>Танцевальные шаги</i></p> <p>Комбинации из танцевальных шагов</p> <p><i>Подвижная игра «»</i></p>	<p><i>Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.</i></p> <p>Релаксация «Спокойный сон»</p>
3-я неделя	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> построение в шеренгу, в круг 	<p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i></p> <ul style="list-style-type: none"> упражнения с 	<p><i>Имитационно – образные упражнения на</i></p>

- приставные шаги в сторону
 - шаг с подскоком
 - султанчиками
 - «У оленя дом большой»
 - осанку
 - «столбик»
 - «палочка»
- Подвижная игра «У медведя во бору»*

**4-я
неделя**

Сюжетное занятие «Осенняя прогулка»

1. *Ритмический танец «Осенний марафон»*
2. *Общеразвивающие упражнения с осенними листьями*
3. *Танцевальная композиция «Осенние принцессы»*
4. *Танцевальная композиция «Дождя не боимся»*
5. *Музыкально – подвижная игра «Солнышко и дождик»*
6. *Игра «Подуй на осенний листочек»*

Ноябрь

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	<i>Музыкально – подвижная игра по ритмике</i> Построение враспынную. Под музыку марша все маршируют в любом направлении	<i>Ритмический танец.</i> «Если весело живется ...» <i>Акробатические упражнения</i> Комбинация в образно – игровых действиях <ul style="list-style-type: none"> • группировка лежа на спине («качалочка») • перекатом вперед сед на ноги врозь («буратино») • лечь на спину, руки вверх («бровнышко») – перекаты вправо, (влево) <i>Подвижная игра «Зайчики и волк»</i>	<i>Имитационно – образные упражнения в расслаблении</i> Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего»
2-я неделя	<i>Музыкально – подвижная игра «Все по местам»</i>	<i>Танцевальные шаги</i> <ul style="list-style-type: none"> • шаг с носка, на носках <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Воздушные шары»</i> <i>Подвижная игра «Охотник и обезьяны»</i> <i>Музыкально-ритмическая композиция «Звериный разговор»</i>	<i>Пальчиковая гимнастика</i> Выполнение фигурок из пальчиков <ul style="list-style-type: none"> • круг • очки • домик
3-я неделя	<i>Музыкально – подвижная игра по ритмике</i> Под музыку марша все маршируют в любом направлении, под звуки	<i>Общеразвивающие упражнения на стуле</i> <i>Ритмический танец:</i> «Цветы для мамы» <i>Музыкально – подвижная</i>	<i>Имитационно – образные упражнения на дыхание</i> <ul style="list-style-type: none"> • «Насос»

польки все прыгают.
Побеждают те, кто не
ошибется в задании.

игра «Найди свое место в
кругу»

- «Шарик
красный
надуваем»
- «Плаваем»

**4-я
неделя**

Строевые упражнения:

- построение в колонну
- перестроение в круг

Игроритмика
Различие динамики звука
«громко - тихо»
На громкую музыку –
увеличение круга шагами
назад от центра, на тихую
музыку – уменьшение круга
шагами вперед к центру.

*Акробатические
упражнения*
Комбинация в образно –
игровых действиях

- группировка лежа на
спине («качалочка»)
- перекатом вперед сед
на ноги врозь
(«буратино»)
- лечь на спину, руки
вверх («бровнышко»)
– перекаты вправо,
(влево)

*Упражнения на
расслабление мышц*
Потряхивания
кистями рук –
«воробушки
полетели»

*Музыкально – подвижная
игра «Эхо»*

Декабрь

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	<i>Креативная гимнастика</i> Импровизация движений под музыку <i>Музыкально – подвижная игра «Эхо»</i>	<i>Подвижная игра</i> «Перемена мест» <i>Ритмический танец.</i> «Лавота» Построение в круг. «Галоп шестерками» на приставном шаге. <i>Подвижная игра</i> «Квас»	<i>Пальчиковая гимнастика</i> Выполнение фигурок из пальчиков <ul style="list-style-type: none"> • бинокль • лодочка • цепочка
2-я неделя	<i>Строевые упражнения:</i> Построение в круг <i>Игроритмика</i> Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет	<i>Танцевальные шаги</i> Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Снежинки»</i> <i>Ритмический танец:</i> «Танец сидя» <i>Подвижная игра «Чехарда»</i>	<i>Креативная гимнастика «Море волнуется»</i>
3-я неделя	<i>Креативная гимнастика</i> «Создай образ» Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа	<i>Общеразвивающие упражнения с гантелями</i> <i>Игропластика</i> Специальные упражнения для развития силы мышц Морские фигуры 1. морская звезда	<i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</i> имитационно – образные упражнения «вороны»

2. морской конек
3. краб
4. дельфин

Ритмический танец. «Все спортом занимаются»

4-я неделя *Сюжетное занятие «Путешествие в зимний сказочный лес»*

1. Ходьба, бег, прыжки, поскоки между снежинками
2. Танцевальная композиция со снежинками
3. Музыкально – подвижная игра
 - «Снежки»
 - «Роботы и звездочки»
 - «На оленьих упряжках»
 - «Снежные карусели»
 - «Снежные Фигуры»

Январь

1-я неделя

2-я неделя

3-я неделя	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение в рассыпную <i>Игроритмика</i> Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения наклона, приседа, маха и т.д.)</p>	<p><i>Хореографические упражнения</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • танцевальные позиции рук • полуприседы • подъемы на носки <p><i>Ритмический танец.</i> «Мы пойдем сначала вправо» <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Воздушная кукуруза» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Два мороза»</p>	<p><i>Релаксация</i> «На облаке»</p>
-------------------	---	--	--------------------------------------

4-я неделя *Сюжетное занятие «В мире сказок и приключений»*

1. Сказочный лес:
 - переход через речку
 - по болоту
 - в пещере
 - переплывите через озеро
2. Сказочная зарядка
3. Ритмический танец «Бабка Ежка»
4. Музыкально – подвижная игра «Колдун»

Февраль

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Акцентированная ходьба с махом руками, сгибание	<i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Я танцую»	<i>Игропластика.</i> Специальные

	пальцев рук в кулак и разгибание <i>Креативная гимнастика.</i> Творческая игра «Кто я?»	<i>Ритмический танец.</i> «Каравай» <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Кузнечики» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Совушка»	упражнения на развитие силы мышц: «змея»; «ежик»
2-я неделя	<i>Строевые упражнения:</i> «Солдатики» <i>Игроритмика</i> Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом под сильную долю такта	<i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «С платочками» <i>Ритмический танец.</i> «Цветные ленточки» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Ленточки – хвосты»	<i>Пальчиковая гимнастика</i> «Дружат наши пальчики»
3-я неделя	<i>Сюжетное занятие «Аты – баты мы солдаты!»</i>		
	<ol style="list-style-type: none"> 3. Парад военных 4. Упражнения с флажками «Сигнальщики» 5. Полоса препятствий 6. Ритмический танец «Салютики» 7. Ритмический танец «Синий платочек» 		
4-я неделя	<i>Строевые упражнения:</i> <ul style="list-style-type: none"> • передвижение по кругу шагом и бегом Бег по кругу и по ориентирам <i>Игроритмика</i> Удары ногой на каждый счет и через счет	<i>Танцевальные шаги.</i> Сочетание приставных и скрестных шагов в сторону <i>Общеразвивающие упражнения</i> с мягкими игрушками <i>Ритмический танец.</i> «Веселые игрушки» <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Золотые ворота»	<i>Креативная гимнастика</i> Специальные игровые задания «Магазин игрушек»

Март

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	<i>Строевые упражнения:</i> <ul style="list-style-type: none"> • построение в шеренгу • повороты переступанием, по распоряжению в образно – двигательных действиях «Лижники» <i>Хореографические упражнения</i> поклон для мальчиков реверанс для девочек	<i>Игропластика</i> 3. «велосипед» 4. «морская звезда» 5. «орешек» 6. «кобра» <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Часики» <i>Ритмический танец.</i> Полька «Добрый жук»	<i>Игропластика</i> Упражнения для развития гибкости <ul style="list-style-type: none"> • «волшебник» • «змея» • «котенок» • «по-турецки»
2-я	<i>Сюжетное занятие «Мамин день»</i>		

- неделя**
1. *Танцевально – ритмическая гимнастика «Букет для мамы»*
 2. *Ритмический танец «Сюрприз»*
 3. *Пластические этюды «Фигуры»*

3-я неделя	<i>Игра «Поезд» Игроритмика. На воспроизведение динамики звука. Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.</i>	<i>Общеразвивающие упражнения с обручами. Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка» Ритмический танец «Зарядка - Латина» Музыкально – подвижная игра «Аквариум»</i>	<i>Игропластика. Круговые движения кистями и пальцами рук</i> <ul style="list-style-type: none"> • «оса» • «вертолет»
-----------------------	---	---	---

4-я неделя	<i>Строевые упражнения: Построение в рассыпную Общеразвивающие упражнения без предмета. Сочетание упоров с движениями ногами (упор присев, упор сидя, упор стоя на коленях, упор лежа)</i>	<i>Акробатические упражнения.</i> <ol style="list-style-type: none"> 4. группировка в положении сидя, лежа 5. перекаты вперед, назад 6. перекаты вправо, влево <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика» Ритмический танец «Макарена» Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» (с домиками)</i>	<i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Контрастные движения руками на напряжение и расслабление</i>
-----------------------	--	---	---

Апрель

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	<i>Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг.</i>	<i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика» Танцевальные шаги</i> <ol style="list-style-type: none"> 3. прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад <i>Ритмический танец. «Шуточный рок-н-ролл» Музыкально – подвижная игра «Горелки»</i>	<i>Игропластика. Упражнения для развитие мышечной силы в заданиях.</i>
2-я неделя	<i>Музыкально – подвижная игра «Замри-отомри» Игроритмика</i> <ul style="list-style-type: none"> ● ходьба на каждый счет и через счет с хлопками ● построение по 	<i>Танцевальные шаги Переменный и русский хороводный шаги Общеразвивающие упражнения с гантелями Ритмический танец «Бабка-Ежка» Музыкально – подвижная</i>	<i>Креативная гимнастика. Специальные игроздания «Художественная галерея</i>

	ориентирам	игра «Усни-трава»	
3-я неделя	<p><i>Танцевальные шаги:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> шаг галопа вперед и в сторону <p><i>Музыкально – подвижная игра «К своим флажкам»</i></p>	<p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика «С платочком»</i></p> <p><i>Ритмический танец «Кремена»</i></p> <p><i>Подвижная игра «День – ночь»</i></p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц</i></p> <p>4. «медузы»</p> <p>5. «звездочка»</p>
4-я неделя	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> перестроение в две колонны в два круга 	<p><i>Акробатические упражнения. Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук</i></p> <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Приходи сказка»</i></p> <p><i>Ритмический танец «Русский хоровод»</i></p> <p><i>Музыкально – подвижная игра «Ручейки и озера»</i></p>	<p><i>Игропластика. Специальные упражнения на развитие мышечной силы</i></p> <ul style="list-style-type: none"> «укрепи животик» «укрепи спинку»

Май

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	<p>Сюжетное занятие «День Победы»</p> <p>1. Военный парад</p> <p>2. <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Сигнальщики»</i></p> <p>3. Игры-эстафеты</p> <p>4. <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Синий платочек»</i></p>		
2-я неделя	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <p><i>Игроритмика. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно</i></p>	<p><i>Акробатические упражнения</i></p> <p>II. «ежик»</p> <p>III. «кузнечик»</p> <p>IV. «колобок»</p> <p>V. «ласточка»</p> <p><i>Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками</i></p> <p><i>Ритмический танец: «Полька»</i></p> <p><i>Музыкально – подвижная игра «Веселый бубен»</i></p>	<p><i>Креативная гимнастика «Ай, да я!»</i></p> <p><i>Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения</i></p>
3-я неделя	<p><i>Сюжетное занятие «В мире музыки и танца»</i></p> <p>1. Ритмический танец «Веселая разминка»</p> <p>2. Танцевально – ритмическая композиция «Олимпиада»</p> <p>3. Ритмический танец «Карнавал», «Дружба»</p> <p>4. Музыкально – подвижная игра «Затейники»</p> <p>5. Креативная гимнастика «Делай как я, делай лучше меня»</p>		
4-я неделя	<p><i>Креативная гимнастика. Специальные задания «Танцевальный вечер»</i></p>	<p><i>Танцевальные шаги. Комбинации на изученных танцевальных шагах</i></p>	<p><i>Игропластика</i></p> <p><i>Упражнения для развития гибкости</i></p>

Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка»
Бальный танец «Падеграс»
Музыкально – подвижная игра «Музыкальные змейки»

- «бабочка»
- «звездочка»
- «рыбка»
- «лягушка»

Приложение №1

Календарно-тематическое планирование для детей 5 - 6 лет

№
занятия

Тема

Задачи

октябрь

1

Музыкальные игры:
«Лебедушки»

Обучение перестраиваться из одного рисунка в другой. Под музыку исполняют движения ладонями: «хлопки», «удары» образуя при этом круг, линию,

стойка в паре.

- | | | |
|----------------|---|--|
| 3 | Повторение репертуара 1-го года обучения по желанию детей.
Полька «Веселые тройки»,
Танец «Калинка»,
«Дождя не боимся»,
танец
«Вечный двигатель» | Побуждать детей к самостоятельному выбору. Поддерживать интерес детей к движению под музыку. |
| 3 | Коллективно-порядковые упражнения | Разогревание первоначальные навыки координации движений.
Дети образуют круг и делают движения «Встреча», по парам делают движение «Ворота». |
| 4 | Танцевальные движения с цветами | Формирование правильно ориентироваться в пространстве.
Упражнения для пластики рук. Поскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук. Построение круга из шеренги. |
| 5 | Хоровод «Светит месяц» | Знакомить с «рисунком» танца: движение по линии танца, против линии, «завивать и развивать капустку», сужать и расширять круг, «резвые ножки». |
| 6 | Ритмическая игра «Эхо» | Совершенствовать исполнения детьми «высокого шага». Воспринимать и передавать в движении темп и характер музыки. Развивать чувство ритма, активизировать внимание детей. |
| 7. - 8. | Постановка танца «Утро в деревне» | Закреплять «рисунок» танца, отрабатывать отдельные элементы танца. Формировать новые выразительные исполнения. Добиваться легкости движений. Слышать смену фраз. |
| ноябрь | | |
| 9 | Знакомство с эстрадным танцем «Дружба» | Ознакомление детей с темпами музыки, (медленный, быстрый, умеренный).
Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса. |
| 10 | Положение в паре | Совершенствование в исполнении выученных движений. Разучивание основных элементов эстрадного танца в паре. |
| 11 | Положение в паре | Совершенствование в исполнении выученных движений. Разучивание основных элементов эстрадного танца в паре. |

12	Рисунок танца	Научить детей перестраиваться из одного рисунка в другой. «Круг», шахматный порядок, «птичка», «колонна».
13	«Танцуем все!»	Умение правильно ориентироваться в пространстве. Совершенствование в исполнении выученных движений.
14	Коллективно – порядковые упражнения: «Веселые пары»	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям. Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.
15-16	Постановка танца «Утро в деревне»	Закреплять «рисунок» танца, отрабатывать отдельные элементы танца. Формировать новые выразительные исполнения. Добиваться легкости движений. Слышать смену фраз.

декабрь

17	Бальный танец. История танца	Дать детям элементарное представление о бальном танце. Основные положение рук, ног, головы, корпуса. Происхождение танца.
18	Основные элементы бального танца	Развивать эластичности мышц и связок. Положение в паре, поворот. Чек, рука в руке, волчок, повороты в паре. Основной шаг, движение рук.
19	Основные элементы бального танца	Развивать эластичности мышц и связок. Положение в паре, поворот. Чек, рука в руке, волчок, повороты в паре. Основной шаг, движение рук.
20	Рисунок танца	Формирование самостоятельно различать темповые исполнения в музыке, отвечать на них движением. Работа над техникой исполнения.
21	Постановка танца	Формирование правильно ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.
22	Постановка танца	Формирование правильно ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.
23-24	«Танцуют все!»	Умение правильно ориентироваться в пространстве. Совершенствование в исполнении выученных движений. Показ танца родителям.

январь

25	Знакомство с полькой «Дружба»	Поощрять желание танцевать в парах, развивать умение ориентироваться в пространстве. Работать над танцевальным шагом с носка. Развивать умение различать части муз-ого произведения, ориентироваться в пространстве.
-----------	--	--

26	Знакомство полькой «Дружба»	Поощрять желание танцевать в парах, развивать умение ориентироваться в пространстве. Работать над танцевальным шагом с носка. Развивать умение различать части муз-ого произведения, ориентироваться в пространстве.
27	Общеразвивающие упражнения с предметами	Упражнение на укрепление мышц спины, ног, рук, корпуса с мячами.
28	Общеразвивающие упражнения с предметами	Упражнение на укрепление мышц спины, ног, рук, корпуса с мячами.
29	Постановка танца	Совершенствование в исполнении выученных движений. Работа над техникой исполнения
30	Коллективно-порядковые упражнения: «Часики», «Мячики»	Совершенствование передавать заданный образ. Развитие чувства ритма. Разминка с мячами. Упражнение с мячами. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Шаги танцевальные с носка, приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.
31-32	Партерная гимнастика на полу	Умение самостоятельно различать темповые исполнения в музыке, отвечать на них движением. «Лягушка», «Свечи», «качели», «пароход», «велосипед».
февраль		
33	«Танцуем все!»	Совершенствование находить свое место в строю и входить в зал организованно. Совершенствование в исполнении выученных движений. Показ танца родителям.
34	Коллективно-порядковые упражнения: «Часики», «Мячики»	Совершенствование передавать заданный образ. Развитие чувства ритма. Разминка с мячами. Упражнение с мячами. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Шаги танцевальные с носка, приставной хороводный шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.
35	Танцевальные элементы	Повышение гибкость суставов. «Змейка», «чак-чак», «чек», «рука в руке», галоп, па балансе, па шаги, па польки.
36	Музыкальные игры: «Займи домик»	Усвоение самостоятельно начинать движения после выступления. Образные игры. Перестроение из круга в «птичку» и обратно. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой.
37	Словесно-двигательная игра «Все игрушки любят смех»	Развивать навык синхронного выполнения движений в одном темпе. Передавать в движении содержание текста песни, характерные особенности

игрового образа животных.

- 38** **Коллективно –
порядковые
упражнения: «Узоры»** Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям. Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.
- 39-40** **Коллективно –
порядковые
упражнения: «Зверята»** Дать представление передавать заданный образ. Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.

март

- 41** **Знакомство с эстрадным
танцем «Танцуй, пока
молодой!»** Познакомить с новой композицией. Понимать содержание, настроение, разобрать основные движения. Побуждать к поиску изобразительных движений. Поощрять желание самостоятельно импровизировать.
- 42** **Игра «Мои
превращения»** Закреплять эмоционально-выразительное исполнение танца, продолжать развивать умение общаться друг с другом посредством движений. Работать над сольными партиями.
- 43** **Партерная гимнастика
на полу** Умение самостоятельно различать темповые исполнения в музыке, отвечать на них движением. «Лягушка», «Свечи», «качели», «пароход», «велосипед».
- 44** **Постановка танца** Совершенствование в исполнении выученных движений. Работа над техникой исполнения
- 45** **«Танцуем все!»** Совершенствование находить свое место в строю и входить в зал организованно. Совершенствование в исполнении выученных движений. Показ танца родителям.
- 46** **Танцевальные элементы
и композиции «Круг и
кружочек»** Под музыку исполняют движения ладонями: «хлопки», «удары» образуя при этом круг, линию, стойка в паре. Дети образуют круг и делают движения «Встреча», по парам делают движение «Ворота».
- 47-48** **Музыкальные ролевые
игры: «Бабочки»** Развивать умение запоминать и передавать ритмический «рисунок», развивать слуховое внимание.

апрель

- 49** **Коллективно-
порядковые
упражнения: «Чайник»,
«Машинки»** Повороты в стороны, наклоны в сторону, вперед и назад. Подъем и опускание рук, плеч, поднимание и опускание руки вместе.
- 50** **Танцевальные
элементы: «Полоскать** Шаг с ударом, кружение. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг,

	платочки», «Хозяюшки»	кружение и шаг цепочкой, прямой галоп, пружинка, подскоки,
51	Музыкальные игры: «Ловушка»	Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Перестроение из круга в диагональ. Образные игры. Перестроение из круга в шахматный порядок и обратно. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой, прямой галоп, пружинка, подскоки,
52	Общеразвивающие упражнения с предметами	Упражнение на укрепление мышц спины, ног, рук, корпуса с мячами.
53	Знакомство с танцем «Цветочная полянка»	Формировать коммуникативные навыки, умение быстро находить себе пару, ориентироваться в зале. Познакомить с рисунком танца. Разобрать основные движения. Формировать умение вслушиваться в слова и музыку, точно передавая все нюансы песни в движениях.
54	Партерная гимнастика на полу	Умение самостоятельно различать темповые исполнения в музыке, отвечать на них движением. «Лягушка», «Свечи», «качели», «пароход», «велосипед».
55-56	Изучение элементов эстрадного танца «Цветочная полянка»	Поощрять стремление к импровизации. Развивать умение вслушиваться в музыку, танцевать в характере музыки, используя изобразительные движения. Закреплять «рисунок» танца, отрабатывать отдельные элементы танца. Формировать новые выразительные исполнения. Добиваться легкости движений. Слышать смену фраз.
май		
57	Партерная гимнастика на полу	Умение самостоятельно различать темповые исполнения в музыке, отвечать на них движением. «Лягушка», «Свечи», «качели», «пароход», «велосипед».
58	Партерная гимнастика на полу по парам	Улучшение эластичности мышц и связок. «Тик-так», «мячик», «змейка».
59	Игры, этюды, танцы по выбору детей	Поддерживать желание детей играть в музыкальные игры, исполнять знакомые танцы. Предложить детям устроить концерт.
60	Игры, этюды, танцы по выбору детей	Поддерживать желание детей играть в музыкальные игры, исполнять знакомые танцы. Предложить детям устроить концерт.
61	«Танцевальная шкатулка»	Формирование правильную осанку Повышение гибкости суставов. Повторение пройденных тем.
62	«Танцевальная шкатулка»	Формирование правильную осанку Повышение гибкости суставов. Повторение пройденных тем.
63-64	Мини концерт: «До	Обучение детей танцевальным движениям.

встречи!»

Костюмированное представление пройденных танцевальных номеров.

Итого 64 часа

Приложение №2

Картотека игр-миниатюр, музыкально-подвижных игр

Вид	Название	Цель	Содержание	Оборудование
миниатюра	«Солнышко»	Совершенствование двигательных навыков	И.П.: дети стоят в шахматном порядке. Солнышко, солнышко, <i>Частые полуприседания.</i> Выгляни в окошко. <i>«Пружинки» с хлопками.</i> Твои детки плачут, По камушкам скачут. <i>Легкие прыжки с хлопками.</i>	_____
	«Музыкальные змейки»	Развитие внимания, памяти, мышления, координации движения	Дети делятся на три подгруппы, построенные в колонны в определенном месте зала. Каждая подгруппа выбирает себе определенную мелодию, ее можно использовать из мультфильмов или детских сказок. Как только зазвучит 1-я мелодия, колонна, выбравшая ее, должна двигаться по залу в такт музыке за впереди стоящим. Но как только заиграет другая мелодия - правая колонна принимает упор присев, а другая движется и т.д. Если звучит музыка, невыбранная командами, - дети идут на свои места. Победит колонна, которая построится быстрее и раньше.	USB «Танцуй, малыш»
миниатюра	«Осень»	Совершенствование двигательных навыков	Меж еловых мягких лап <i>Поочередно опускать и поднимать руки перед собой.</i> Дождик тихо: «Кап-кап-кап», <i>Медленно присесть с</i>	

		<p><i>опущенными руками.</i> Где сучок давно засох, Вырос серый мох-мох-мох! <i>Медленно подняться, держась за голову.</i> Где листок к листу прилип, <i>Поочередно опускать и поднимать руки перед собой.</i> Появился гриб-гриб-гриб. Кто нашел его, друзья? <i>Стоять прямо, пожимая плечами.</i> Это я, это я, это я! Прижать руки к груди</p>	
«Веселый гусь»	Развитие внимания, быстроты	<p>Дети стоят в кругу. Руководитель ударяет в бубен и пускает его по кругу. Дети передают его со словами: Ты катись, веселый бубен, Быстро-быстро по рукам, у кого веселый бубен – Тот сейчас станцует нам! У кого на последнем слове окажется бубен, тот выходит в центр и исполняет танец или несколько движений, остальные дети повторяют за ним.</p>	Бубен, любая музыка в стиле диско
«Жаворонок»	Совершенствова ние двигательных навыков	<p>В небе жаворонок пел. <i>Маховые движения руками.</i> Колокольчиком звенел, <i>Вращения кистями над головой.</i> Порезвился в вышине, <i>Помахивать руками, опустить через стороны вниз.</i> Спрятал песенку в траве. <i>Присесть, обхватить колени.</i> Тот, кто песенку найдет, Будет весел целый год. <i>Хлопки в ладоши</i></p>	
«Капканы»	Развитие ловкости, быстро- ты, координации движений	<p>Выбираются два водящих. Они стоят лицом друг к другу, держась за руки, - это «капкан». Все играющие под музыку бегут по кругу, пробегая под «капканом». Как только музыка прекращается, «капкан» закрывается. Те, кто попал в него, присоединяются к водящим, образуя новый «капкан». Игра продолжается до тех пор, пока не</p>	USB «Коммуника тивные танцы-игры»

		останется 2-3 победителя - самые ловкие дети, им предоставляется найти «клад».
«Любопытная Варвара»	Совершенствование двигательных навыков	Любопытная Варвара <i>Качание головой.</i> Смотрит влево, <i>Поворот корпуса влево.</i> Смотрит вправо, <i>Поворот корпуса вправо.</i> Смотрит вверх, <i>Поднять голову вверх.</i> Смотрит вниз. <i>Опустить голову вниз.</i> Чуть присела на карниз. <i>Полуприседание.</i> А с него свалилась вниз! <i>Резкое приседание</i>

«Дирижер и оркестр»	Развитие внимания, чувства ритма, координации движений.	По кругу чертят кружочки-посты по числу играющих, без одного. Все играющие - «солдатики» стоят на своем посту (в кружочках). Дирижер стоит в центре, в руках у него бубен (треугольник). Под музыку марша «солдатики» маршируют, идут в обход по кругу. Вдруг в «оркестр» вступает дирижер, он стучит в бубен. В такт музыке «солдатики», стараясь дойти до своего кружка-поста, останавливаются и маршируют на месте. Дирижер тоже занимает любой кружок, а кто остался вне кружка - становится дирижером.	Музыкальные инструменты
----------------------------	---	---	-------------------------

«Смелый капитан»	Совершенствование двигательных навыков, Координации движений	Я на мостике стою <i>Ноги во 2-й позиции. Руки на поясе.</i> И бинокль в руках держу. <i>Изобразить бинокль пальцами с наклоном вперед.</i> Волны плещутся слегка, <i>Изобразить легкую волну.</i> Качка тихая пока. <i>Покачивание влево-право.</i> Волны сильными вдруг стали, <i>Изобразить волну.</i> И от качки все упали! <i>Приседание.</i> За канат держусь я крепко. <i>Изобразить перебирание каната.</i> Вдруг сорвало ветром кепку,
-------------------------	--	---

музыкально-подвижная игра	«Найди свое место»	Развитие быстроты, ловкости, памяти	<p><i>Руки поднять к голове и в стороны. Я ловить рукою стал - Поочередные махи руками. Чуть с мосточка не упал.</i></p> <p><i>Балансировать руками</i></p> <p>Дети стоят в шеренге. Звучит веселая музыка, играющие разбегаются по площадке (бегают, прыгают, играют). Музыка прекращается, дети ищут свое место в шеренге. Руководитель отмечает тех, кто правильно занял свое место</p>	Любая музыка в стиле диско
	«Дождик»	Совершенствование двигательных навыков, координации движений	<p>Скачет дождик длинноногий</p> <p><i>Хлопки в ладоши.</i></p> <p>По траве и по дороге,</p> <p><i>Наклоны в стороны.</i></p> <p>Льется он в пустые бочки,</p> <p><i>Хлопки в ладоши.</i></p> <p>И на лужах ставит точки,</p> <p><i>Наклоны в стороны.</i></p> <p>Барабанит громко в стекла-</p> <p><i>Хлопки в ладоши.</i></p> <p>Вся земля вокруг намокла.</p> <p><i>Развести руки в стороны, сесть, обхватив колени</i></p>	
музыкально-подвижная игра	«Музыкальные стулья»	Развитие умения слышать начало и конец музыки, ее быстроту	<p>Все дети сидят на стульях, спиной к центру. Водящий стоит без стула. Дети поделены на 3 группы: 1-я группа - полька, 2-я - вальс, 3-я - марш. Водящий идет по кругу. Если звучит полька, то за водящим идет 1-я группа. Музыка меняется, идут другие дети. Когда зазвучит детская песня, все встают со стульев и идут за водящим. Музыка останавливается – дети занимают места, оставшийся без места становится водящим.</p>	USB «Полька», «Вальсы мира», «Марш»
миниатюра	«Зайки»	Совершенствование двигательных навыков, координации движений	<p>Зайки скачут по лужайке,</p> <p><i>Прыжки на двух ногах.</i></p> <p>Вдруг в лесу мелькнула тень,</p> <p>Зайки спрятались за пень.</p> <p><i>Присесть, опустить голову.</i></p> <p>На носочки поднялись.</p> <p><i>Встать на носки.</i></p> <p>Ну-ка, Зайка, оглянись,</p>	

*Повороты в стороны.
Не сидит ли за кустом
страшный волк с большим
хвостом?
Поочередно опускать и
поднимать руки перед собой.
Вдруг волчище выбегает,
Бег на месте.
Серых зайчиков хватает.
Присесть, голову спрятать*

«Карлики и великаны»	Развитие умения различать динамику звука, совершенствование двигательных навыков	Дети стоят лицом по кругу, под музыку выполняют разные танцевальные движения. В конце музыкального отрывка подается сигнал: аккорд в высоком или низком регистре. На аккорд в высоком регистре дети становятся «карликами» (упор присев), а на аккорд в низком регистре – «великанами» (поднять руки вверх и приподняться на носочки). Выигрывают те, кто ни разу не ошибся.	Аудиокассета а «Слушаем музыку»
-----------------------------	--	--	---------------------------------------

«Мишка»	Совершенствование двигательных навыков, координации движений	Мишка с куклой бойко топают, Бойко топают, посмотри, <i>Ходьба на месте, руки на поясе.</i> И в ладоши звонко хлопают, Звонко хлопают - раз, два, три. <i>Хлопки в ладоши.</i> Мишке весело, мишке весело, <i>Переступание с наклонами в стороны.</i> Вертит мишенька головой, Кукле весело, тоже весело. <i>Ходьба на месте.</i> Ой, как весело. Ой, ой, ой! <i>Покачивание головой</i>
---------	--	--

«Затейники»	Совершенствование двигательных навыков, координации движений	Ровным кругом, друг за другом Мы идем за шагом шаг. Стой на месте, дружно вместе. Сделаем вот так. Дети останавливаются, опускают руки. Водящий показывает движение, все повторяют его (2-3.раза), выбирается новый водящий. Игра начинается под звуки марша, а показ движе-	Аудиокассета а «Марш», любая музыка в стиле диско
--------------------	--	---	--

		ний - без музыки. Повторять движения под соответствующую музыку.	
	Совершенствование двигательных навыков, координации движений	Можно ли козам бодаться, <i>Высокий шаг, показывают «рожки».</i> Если рожки есть? <i>Ходьба по кругу.</i> В пляс девчонкам не пускаться, <i>Подскок, руки на поясе.</i> Если ножки есть? За рога возьмем козленка, <i>«Пружинка».</i> Отведем на луг. <i>Три высоких шага.</i> А девчонку за ручонку <i>Мальчик подает руку девочке.</i> В наш веселый круг, <i>Покачивание руками.</i> В наш веселый круг. <i>Повороты в парах</i>	
	«Запрещенное движение» Развитие внимания, координации движений	Дети стоят полукругом, в центре водящий. Он показывает движения, из которых одно - запрещенное (например «пружинка»). Все повторяют движения, кроме запрещенного. Кто ошибется, становится водящим.	
	«Мяч» Совершенствование двигательных навыков, координации движений	Мой веселый, звонкий мяч. <i>«Пружинка».</i> Ты куда помчался вскачь? <i>Прыжки на месте.</i> Красный, желтый, голубой- <i>Высокий шаг.</i> Не угнаться за тобой. <i>Присесть, обхватить колени</i>	
	«Канон» Развитие чувства ритма, такта, внимания	Дети стоят по кругу лицом в центр. На 1 -й такт один ребенок поднимает, например, правую руку, на 2-й такт – следующий делает то же, что и первый, и так по кругу. Затем, когда все поднимут правую руку, игра	Музыка Ф. Бургмюллер а «Кавалькада »

начинается снова, но, к примеру, с другой руки, либо предлагается другое движение.

миниатюра	«Мы ехали»	Совершенство ние двигательных навыков, координации движений.	На лошадке ехали, <i>Высокий шаг.</i> До угла доехали. Гоп - гоп-гоп, Гоп - гоп-гоп! <i>Прямой галоп, в руках «вожжи».</i> На машине ехали, Легкий бег, в руках «руль». <i>До реки доехали!</i> <i>«Пружинка»</i> Би-би-би, би-би-би! Пароходом ехали, <i>Ходьба в полуприседе.</i> До горы доехали. У-у-у, у-у-у. То подняться на носки, то опуститься в полуприседе, выполняя волнообразные движения руками	
Музыкально-подвижная игра	«Зеркала»	Совершенство ние двигательных навыков, координации движений, внимания	Дети свободно стоят по залу. Они – «зеркала». Один ребенок - водящий. Он пришел в магазин, где много «зеркал». Отражение (копирование его движений) может быть во всех «зеркала» одновременно, либо показываться в одном-двух. Невнимательное «зеркало» выбывает из игры.	Любая музыка в стиле диско
миниатюра	«Лошадки»	Совершенство ние двигательных навыков, координации движений	Эй, лошадки <i>Высокий шаг.</i> Иго-го-го! <i>Хлопки над головой.</i> Но, лошадки <i>Прямой галоп.</i> Но, но, но. <i>Хлопки перед грудью.</i> Скок, лошадки, <i>Подскоки на месте.</i> Скок, скок. <i>Хлопки внизу.</i> Побежали - <i>Легкий бег.</i> Гоп-гоп-гоп! <i>Хлопки перед грудью</i>	
Музыкал ьно- подвижна	«Не теряй пару»	Развитие внимания, координации движений	Дети идут парами по кругу, взявшись за руки. Звучит веселая музыка, дети отпускают пару и подскоками двигаются в	Аудиокассета а «Слушаем музыку»

свободном направлении. С
окончанием музыки необходимо
найти свою пару.

