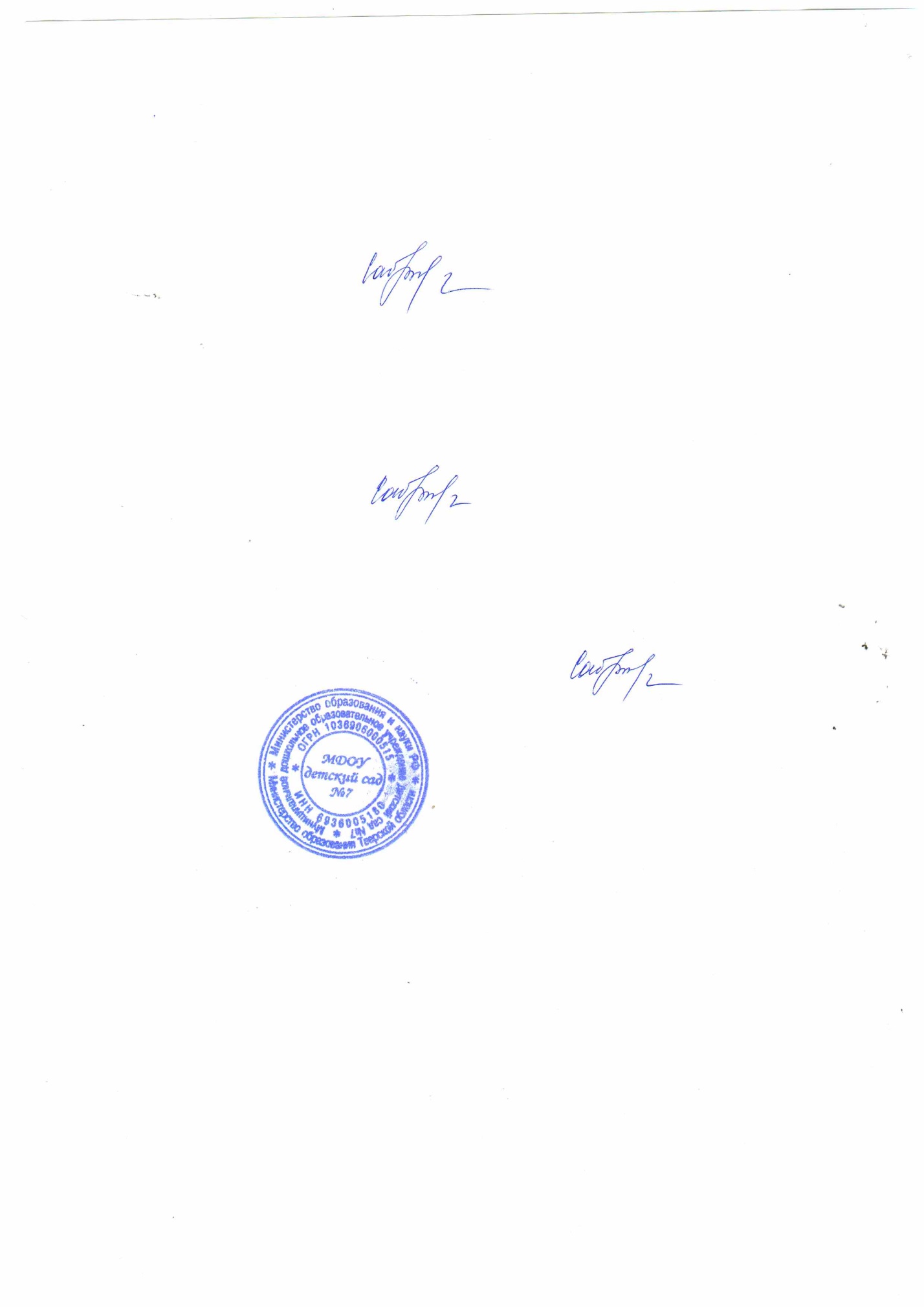
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад №7.



Согласовано: Утверждаю:

Решение педагогического совета Заведующий МДОУ детский сад №7 №7

Протокол №1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н. И. Саблина

от 02 сентября 2022 г. Приказ №35-ОД от 02 сентября 2022г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «Топотушки»**

Автор: воспитатель Конечная В. С.

Возраст воспитанников: 5 – 7 лет

Срок реализации программы: 1 год

с. Киверичи, 2022 г.

**Пояснительная записка**

Дополнительная образовательная программа *оздоровительно - развивающей направленности* представляет собой модифицированный вариант планирования образовательной деятельности в детском кружке «Топотушки», организованном по запросам родителей воспитанников. Составлена на основе программы «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. — СПб.: «Детство-пресс», 2000 г., авторы Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. и Основной образовательной программы МДОУ детский сад №7.

В программу входят средства по музыкально-ритмическому воспитанию детей, основной гимнастике, танцам и танцеваль­но-ритмической гимнастике, а также игропластике, пальчиковой гимнастике, музыкально-подвижным играм, игровому самомас­сажу, сюжетным урокам и креативной гимнастике.

Данная программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребёнком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях.

*Новизна* программы основана на использовании нетрадиционных видов упражнений: игропластики, пальчиковой гимнастики, игрового самомассажа, музыкально-подвижных игр и игр-путешествий, а также креативной гимнастики, которая включает в себя музыкально-творческие игры и специальные задания.

*Актуальность* программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги физкультурно-оздоровительной направленности. В «век гиподинамии» танцевально-игровая гимнастика является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

*Педагогическая целесообразность* программы определена тем, что ориентирует детей на приобщение к танцевально-музыкальной культуре. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную память. Система занятий воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях в кружке, но и в повседневной жизни.

*Целью* данной программы является содействие всестороннему развитию личности дошколь­ника средствами танцевально-игровой гимнастики.

Для достижения данной цели формируются следующие *задачи:*

Обучающие:

* сформировать систему знаний о строении тела, технике выполнения упражнений;
* развивать мышление, воображение, находчивость, познавательную активность, расширять кругозор.

Оздоровительные:

* способствовать развитию и укреплению сердечно – сосудистой, дыхательной систем и опорно – двигательного аппарата;
* развивать психомоторные способности: мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно – силовые и координационные способности.

Воспитательные:

* содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
* развивать способность через движения эмоционально выражать образы своего настроения и чувства;
* воспитывать уверенность в себе, своих возможностях, уважение к своим товарищам, умение оказать помощь другу, потребность в систематических занятиях физкультурными упражнениями.

*Отличительной особенностью* данной программы является то, что она модифицирована. Все изменения обусловлены адаптацией программы «СА – ФИ – ДАНСЕ» к условиям дополнительного образования в дошкольном учреждении. В рамках модификации общее количество часов по программе было изменено с 72 до 36, при этом объем, и порядок тем изменен не был. Календарный учебный график находится в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

*Формы и режим занятий*

Программа реализуется в форме кружковой работы в течение 1 года, охватывает детей (5-7 лет) старшей и подготовительной группы. Для детей запланировано 36 занятий в год - 1 занятие в неделю во второй половине дня. Длительность каждого занятия 25 минут.

Все проводимые занятия являются практическими. Теоретическая часть (сообщение задач занятия, объяснение нового упражнения, рассмотрение вопросов техники безопасности) включается в каждое занятие, и не выносится отдельным разделом в учебно-тематическом плане.

*Ожидаемый результат* – положительная динамика показателей развития двигательной сферы детей, желание заниматься танцами, сформированность следующих знаний, умений и навыков:

- знают правила безопасности при занятии физическими упражнениями без предметов и с предметами;

- знают правила личной гигиены при занятиях физическими упражнениями;

- владеют навыками по различным видам передвижений по залу;

- могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр;

- могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический и т.д.);

- умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой;

- владеют основными хореографическими упражнениями по программе;

- умеют исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике.

*Формами подведения итогов* реализации данной программы являются:

- выступления на детских праздниках перед сверстниками, детьми другого возраста, родителями, конкурсы;

- участие в спортивных соревнованиях и спартакиадах на уровне детского сада и района.

**Учебно-тематический план**

В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания.

Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Разделы** | **Количество занятий** |
| 1. | Игроритмика | в течение года |
| 2. | Игрогимнастика | 5 |
| 3. | Игротанцы | в течение года |
| 4. | Танцевально-ритмическая гимнастика | 27 |
| 5. | Игропластика | по плану занятий |
| 6. | Пальчиковая гимнастика | по плану занятий |
| 7. | Игровой самомассаж | по плану занятий |
| 8. | Музыкально – подвижные игры | по плану занятий |
| 9. | Игры – путешествия | 4 |
| 10. | Креативная гимнастика | по плану занятий |
|  | **Итого** | 36 |

**Содержание программы**

*1. Игроритмика.*

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.

*2. Игрогимнастика.*

2.1. Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну. 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.

2.2. Общеразвивающие упражнения.

Упражнения без предмета. 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 предметами. Упражнения с платочками, шарфиками, косынками.

2.3. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. 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.

2.4. Акробатические упражнения. Группировка в поло­жениях лежа и сидя, перекаты в ней вперед — назад. Из упора присев переход в положение лежа на спине. Сед ноги врозь широко. Равновесие на одной ноге с опорой и без опоры. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

3. *Игротанцы.*

3.1. Хореографические упражнения. 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.

3.2. Танцевальные шаги. 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.

3.3. Ритмические и бальные танцы «Автостоп», «Боль­шая прогулка», «Вару-вару», полька «Старый Жук», «Боль­шая стирка», «Полька-хлопушка», «Матушка-Россия».

4*. Танцевально-ритмическая гимнастика.*

(медиальные композиции и комплексы упражнений «Ча­шки», «Карусельные лошадки», «Песня короля», «Воробьинная дискотека», «Ну, погоди!», «Сосулька», «Упражне­ние с платочками».

5. *Игропластика.* Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и иг­ровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы уп­ражнений.

6. *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.

7. *Игровой самомассаж.* Поглаживание отдель­ных частей тела в определенном порядке в образно-иг­ровой форме.

8. *Музыкально-подвижные игры* «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.

9. *Игры-путешествия* «На выручку карусельных лошадок», «Путешествие в Кукляндию», «Космическое путешествие на Марс», «В мире музыки и танца».

10. *Креативная гимнастика.* Музыкально-твор­ческие игры «Ай да я!», «Творческая импровизация». Спе­циальные задания «Художественная галерея», «Выставка картин».

**Методическое обеспечение программы**

*Ведущей формой организации* обучения является групповая. Наряду с групповой формой работы осуществляется дифференцированный подход к воспитанникам, т.к. в связи с их индивидуальными способностями, результативность в усвоении материала может быть различной.

## Занятия делятся на несколько видов:

## Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На уроке может быть введено не более 2-3 комбинаций.

## Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

## Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

## Импровизационная работа. На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

*Структура проведения занятий* по танцевально-игровой гимнасти­ке — общепринятая, и состоит из трех час­тей: подготовительной, основной и заключи­тельной. Деление на части относительно. Каж­дое занятие — это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

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

Для решения задач подготовительной части занятия в учебно - тематическом планировании представлены следующие сред­ства танцевально-игровой гимнастики: игрогимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); игроритмика, музыкально-подвижные игры малой интенсивности, иг­ры на внимание, игротанцы (танцевальные шаги, эле­менты хореографии, ритмические танцы — несложные по координации или хорошо изученные), а также уп­ражнения танцевально-ритмической гимнастики, отве­чающие задачам подготовительной части занятия.

Начинать его рекомендуется со строевых упражнений с использованием элементов игроритмики и подключени­ем игры. Но возможны и другие варианты конструиро­вания занятий, по усмотрению педагога и с учетом условий работы. Однако при этом необходимо помнить об *основ­ных педагогических принципах* систематичности, посте­пенности, доступности и пр. Систему упражнений и игр надо строить от простого к сложному, от известного к неизвестному.

Основная частьдлится от 70% до 85% общего времени. В этой части решаются основные задачи, фор­мируются двигательные умения и навыки, идет основная работа над развитием двигательных способностей: гибкос­ти, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, вы­носливости и др.

На этой стадии дается большой объем знаний, разви­вающих творческие способности детей, достигается опти­мальный уровень физической нагрузки. В основную часть занятия могут входить все средства танцевально-игровой гимнастики: ритмические и бальные танцы, игропластика, креативная гимнастика и др.

Заключительная часть длится от 3% до 7% общего времени. В том случае если в основной части имеет место большая физическая нагрузка, время заключитель­ной части увеличивается. Это создает условия для посте­пенного снижения нагрузки и обеспечивает постепенный переход от возбужденного к относительно спокойному со­стоянию детей. В заключительной части занятия использу­ются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, игровой самомассаж. Если урок направлен преимущественно на разучивание нового ма­териала и требует от детей максимального внимания, то необходима эмоциональная разрядка. В этом случае в за­ключительной части следует проводить музыкально-по­движные игры малой интенсивности (ходьба с речитативом, с песней, полюбившиеся детям ритмические танцы и другие задания).

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

*Материально-техническое обеспечение:*

-ноутбук

-колонки

-аудиотека

-декорации (для проведения сюжетных занятий)

-костюмы

-отличительные знаки, эмблемы, жетоны

-грамоты, значки, медали (для подведения итогов занятий и награждения)

-атрибуты: кегли, обручи, мячи разных размеров, скакалки, гантели, гимнастические палки, ленточки, платочки, шарфики, косынки, снежинки, листики, цветочки.

*Результаты мониторинга показателей развития двигательной сферы и освоения танцевальных навыков детей* (разработана Глушковой О.И.)

Предлагаемый мониторинг разработан с целью оценки изменений, проявляющихся в развитии двигательной сферы детей и оценки степени освоения воспитанниками танцевальных навыков в ходе реализации программы.

Таблицы мониторинга (ПРИЛОЖЕНИЕ 2) заполняются в начале (сентябрь) и в конце (май) работы объединения дополнительного образования детей.

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

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

Этап 2 Когда все дети прошли диагностику, подсчитывается итоговый показатель по 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.

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.

Оценка уровня развития двигательной сферы и освоения танцевальных навыков детей:

1 балл – ребенок не демонстрирует указанный навык;

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

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

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

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

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: Издательский центр «Академия» 2001.

2. Фирилева Ж.Е.Сайкина Е.Г. СА-ФИ-ДАНСЕ Танцевально – игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: «Детство-пресс», 352 с., ил. 2000

3. Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Методическое пособие. М.: Издательство НЦЭНАС, 2004. – 144 с. – (Детский сад)

4. Кузнецов В.С. Колодницкий Г.А. Физические упражнения и подвижные игры: Методическое пособие. – М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2005. – 152 с. – (Детский сад)

5. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006. – 272 с.

6. Детские народные подвижные игры. Сост. А.В. Кенеман, Т.И. Осокина. М., Просвещение, 1995.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

**Календарно – перспективный план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Месяц*** | ***Разделы программы*** | ***Задачи*** | ***Содержание*** | ***Репертуар*** |
| *Подготовительная часть* | | | | |
| Сентябрь-Октябрь | Строевые упражнения | - Научить детей внимательно и четко двигаться по показу педагога;  -Улучшать ритмовосприятие, ритмопластику, музыкальное внимание, координацию движений, выносливость;  - Учить хорошо ориентироваться в пространстве.  -Воспитывать танцевально-исполнительскую культуру, прививать интерес к танцевальной культуре.  - Развивать образное восприятие музыки;  - Работать над пластичностью и ритмичностью детей, добиваться эмоциональности и выразительности в жестах и мимике;  - Развивать танцевальную и общую культуру; | Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра. Построение в круг, бег «змейкой» | Любой марш, полька |
| Общеразвивающие упражнения без предмета | Сочетание основных движений прямыми и согнутыми руками, основные движения головой «хочу-не хочу», «да-нет», «тик-так» |  |
| Игроритмика | Хлопки, шаги, удары ногой на каждый счет и через счет | Марш или полька |
| Музыкально-подвижная игра |  | «Музыкальное эхо», «Космонавты» |
| Танцевальные шаги | Приставной и скрестный шаг в сторону |  |
| Хореографические упражнения | Знакомство с танцевальными позициями ног: 1,2,3.  Танцевальные позиции рук: 1,2,3 |  |
| Танцевально-ритмическая гимнастика |  | «Часики» (пеня «Тик-так» З.Петров, А.Островский) |
| *Основная часть* | | | |
| Ритмический танец | - Развивать выразительность и эмоциональность исполнения движений, сценическую мимику, танцевальное творчество; | «Полька-хлопушка» | Музыка польки |
| *Заключительная часть* | | | |
| Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки |  | «Велосипед», «морская звезда», «орешек», «кобра», потряхивание кистями рук и предплечьями, раскачивание руками. | Любая спокойная расслабляющая музыка |
| Сюжетное занятие «Космическое путешествие на Марс» | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Месяц*** | ***Разделы программы*** | ***Задачи*** | ***Содержание*** | ***Репертуар*** |
| *Подготовительная часть* | | | | |
| Ноябрь-Декабрь | Строевые упражнения | - Улучшать ритмичность и выразительность движений, их синхронность при исполнении в группе;  - Развивать образное восприятие музыки;  - Работать над пластичностью и ритмичностью детей, добиваться эмоциональности и выразительности в жестах и мимике;  - Развивать танцевальную и общую культуру; | Построение в шеренгу, повороты переступанием по распоряжению в образно-двигательных действиях. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра. Построение в круг, бег «змейкой» | Любой марш, полька |
| Игроритмика | Притопы, хлопки на 1 счет, на 2,3,4 - паузы | Марш или полька |
| Музыкально-подвижная игра |  | «Поезд», «Конники-спортсмены» |
| Танцевальные шаги | Сочетание приставных и скрестных шагов в сторону |  |
| Танцевально-ритмическая гимнастика |  | «Часики» (пеня «Тик-так» З.Петров, А.Островский), «Карусельные лошадки» |
| *Основная часть* | | | |
| Ритмический танец | - Продолжать развивать танцевально-исполнительские способности, танцевальное творчество детей, уверенность в своих силах; |  | Полька «Старый жук», «Автостоп» |
| Игропластика | Упражнения для развития гибкости | «Маг-волшебник», «Игра по станциям», «Велосипед» |
| *Заключительная часть* | | | |
| Пальчиковая гимнастика |  | Выставление одного, двух пальцев, круговые движения кистями и пальцами рук |  |
| Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки | Наклоны, повороты туловища, приседы, контрастные движения руками на напряжение и расслабление | Любая спокойная расслабляющая музыка |
|  | Сюжетное занятие «На выручку карусельных лошадок» | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Месяц*** | ***Разделы программы*** | ***Задачи*** | ***Содержание*** | ***Репертуар*** |
| *Подготовительная часть* | | | | |
| Январь-Февраль-Март | Строевые упражнения | - Продолжать развивать ритмопластику движений детей под музыку;  - Совершенствовать координацию движений, навык ориентирования в пространстве;  - Развивать у детей чувство единого ансамбля, способность двигаться синхронно, соблюдать дистанцию.  - Учить терпимо относиться к товарищам, критике, чужим ошибкам;  - Учить исполнять танцевальные композиции с предметами, правильно и осторожно использовать их. | Передвижение шагом и бегом, выполнение различных простых движений в различном темпе, построение врассыпную | Любой марш, полька |
| Игроритмика | Притопы, хлопки на 1 счет, на 2,3,4 - паузы | Марш или полька |
| Музыкально-подвижная игра | Выставление одного, двух пальцев, круговые движения кистями и пальцами рук | «Найди предмет», «Музыкальные стулья», «Автомобили», «Воробышки» |
| Танцевальные шаги | Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах |  |
| Танцевально-ритмическая гимнастика |  | «Песня Короля», «Воробьиная дискотека» |
| *Основная часть* | | | |
| Ритмический танец | - Развивать и поощрять творческую активность  детей. | «Полька-хлопушка» | Полька «Старый жук», «Автостоп»  «Большая стирка» |
| Игропластика | Упражнения для развития мышечной силы | «Змея» |
| *Заключительная часть* | | | |
| Пальчиковая гимнастика |  |  |  |
| Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки | Имитационные, образные упражнения на дыхание | «Руки к солнцу поднимаю» |
| Сюжетное занятие «Путешествие в Кукляндию» | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Месяц*** | ***Разделы программы*** | ***Задачи*** | ***Содержание*** | ***Репертуар*** |
| *Подготовительная часть* | | | | |
| Апрель-май | Строевые упражнения | - Продолжать работу над улучшением танцевальной осанки, правильной постановки рук и ног;  - Воспитывать танцевальную культуру, взаимопомощь, доброту, чувство ансамбля, устойчивое желание заниматься танцевальной деятельностью;  - Учить культуре общения с партнером;  - Выучить основные положения в паре, работать над техникой движений в паре. | Построение в шеренгу, колонну, круг, сцепление за руки | Любой марш, полька |
| Игроритмика | Выполнение простейших движений рук в различном темпе | Марш или полька |
| Музыкально-подвижная игра | Слушать музыку, различать регистры (Высок. – «карлики», низкий – «великаны») | «Этот пальчик», «Усни трава» |
| Танцевальные шаги | Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах | «Змея» |
| Танцевально-ритмическая гимнастика |  | Упражнение с платочком, игра «Ай, да я!», «Ну, погоди» |
| *Основная часть* | | | |
| Ритмический танец | - Продолжать развивать танцевально-исполнительские навыки детей; |  | «Вару-вару» (бальные танцы или любая мелодия в стиле диско), «Матушка Россия», повторение ранее разученных танцев |
| Игропластика | Упражнения для развития мышечной силы | «Карлики и великаны» |
| *Заключительная часть* | | | |
| Пальчиковая гимнастика |  | Выставление одного, двух пальцев, круговые движения кистями и пальцами рук |  |
| Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки | Имитационные, образные упражнения на расслабления рук и ног | «Руки к солнцу поднимаю» |
| Сюжетное занятие «В мире музыки и танца» | | | | |

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Фамилия, имя ребенка | Ориентировка в пространстве | | Хореографи  ческие упражнения | | Ритмические танцы | | Комплексы упражнений под музыку | | Упр-ия с предметами и без предметов | | | Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение) | |
| сент | май | сент | май | сент | май | сент | май | сент | май | | сент | май |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |
| **Итоговый показатель по группе (среднее значение)** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |