|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрена:  на заседании педагогического совета  МБДОУ ДС №33 «Снежанка»  протокол № 6 от 31.05.2024 г. | Утверждена:  приказом МБДОУ  ДС №33 «Снежанка»  от 15.08.2024 г. №127 |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**«СА-ФИ-ДАН-СЕ»  
Уровень программы: базовый  
Срок реализации программы: 1 год  
Общее количество часов: 36 часов  
Возраст учащихся: 3-4 лет  
Вид программы: модифицированная  
**Автор-составитель:** Скрипникова Анна Викторовна, педагог дополнительного образования (хореография).

**Старый Оскол**

**2024**

**Содержание**

**Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

1.1. Пояснительная записка………………………………………………3

1.2. Цели и задачи программы…………………………………......……..4

1.3. Характеристика, цели и содержание программы…………………...5

1.4. Учебный план…………………………………………………………10

1.5. Планируемые результаты освоения программы……………………10

**Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»:**

2.1. Календарный учебный график**..…**…………………………………….11

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы…………………………………………………………………...11

2.3.Мониторинг……………………………………………………………...16

2.4.Материально-техническое обеспечение работы ……………………...16

2.5. Особенности предметно – пространственной среды………………....16

Список литературы…………………………………………………….……18

Приложение 1

Приложение 2

**Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

**1.1. Пояснительная записка**

Данная программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учѐтом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребѐнком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях. В основе разработки использована программа «СА-ФИ-ДАНСЕ», авторы Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. Программа рассчитана на год обучения. Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. 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. 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.

Для реализации данной программы в ДОУ созданы необходимые условия: музыкально - физкультурный зал, оснащѐнный физкультурным и нестандартным оборудованием, тренажѐрами (велотренажѐр, силовые тренажеры). Для проведения занятий зал оборудован и оснащѐн стандартным и нестандартным оборудованием (массажные мячи, доски и дорожки для профилактики плоскостопия, массажеры для ног и т. д.). Для проведения общеразвивающих упражнений оснащен флажками, ленточками, платочками, мячиками, гимнастическими палками, скакалками, снежинками, листиками, цветочками, колечками, гантелями, массажерами. Имеется обширная аудиотека.

***Сроки реализации программы***

Данная программа рассчитана на детей 3-4 лет. Программа рассчитана на 1 год обучения, с учетом возраста детей.

***Формы и режим занятий***

Форма обучения-очная.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность 15 мин.

***Возрастные особенности детей***

***Младший дошкольный возраст (3-4 года).*** Детям 3-4 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности. Дети этого возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе, не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений. Движения этих детей не достаточно согласованы, им трудно выполнять танцевальные композиции, но они могут стараться выполнять движения по показу. В этом возрасте нужно больше давать ритмических упражнений, игр и использовать различные образы в показе упражнений.

**1.2. Цели и задачи программы**

**Цель:** Формирование у учащихся интереса, устойчивой мотивации к выбранному виду деятельности. Освоение базовых знаний, умений и навыков по танцевально-ритмической гимнастике. Воспитанник работоспособный,физически подготовленный и гармоническиразвитый средствами танцевально-игровой гимнастики.

**Задачи:**

1. **Укреплять здоровье:**

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;

- формировать правильную осанку;

- содействовать профилактике плоскостопия;

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов

дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма.

1. **Совершенствовать психомоторные способности дошкольников:**

- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, перцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;

- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;

- развивать ручную умелость и мелкую моторику.

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;

- формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку;

- воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;

- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

**1.3. Характеристика, цели и содержание разделов программы**

**Раздел «Игроритмика»** является основой для развития чувства ритма идвигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку соответственно ее характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

**Раздел «Игрогимнастика»** служит основой для освоения ребенком различныхвидов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе. В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, дыхательные, упражнения на расслабление мышц и укрепление осанки.

**Игротанцы** направлены на формирование у воспитанников танцевальныхдвижений, что способствует повышению общей культуры ребенка. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, ритмические танцы. (Приложение 2)

* **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.

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

**Раздел «Пальчиковая гимнастика»** служит для развития ручной умелости,мелкоймоторики и координации движений рук. Упражнения оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

**Раздел «Музыкально – подвижные игры»** содержит упражнения,применяемыепрактически на всех занятиях. 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.(Приложение 4)

**Раздел «Игры – путешествия» (или сюжетные занятия)** включает все видыподвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов. 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 работупедагога 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.

**1.Игроритмика.**

**Цель:** развивать у детей чувство ритма и двигательных способностей.Учить детейвыполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно.

**Специальные упражнения для согласования движений с музыкой**

**Виды упражнений:**

* 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.

**2.Игрогимнастика.**

**Строевые упражнения.**

**Цель:** учить детей ориентироваться в пространстве и осваивать различные видыдвижений: построение, перестроение. Обеспечивать эффективное формирование умений и навыков.

**Виды упражнений:**

* построение в шеренгу и в колонну по команде;
* передвижение в сцеплении;
* постро­ение в круг и передвижения по кругу в различных на­правлениях за педагогом;
* построение врассыпную, бег врассыпную;
* перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам.

**Общеразвивающие упражнения.**

**Цель:** развивать и укреплять кисти рук, мышцы плечевого пояса, спины, брюшного пресса и ног, а также развивать гибкость, грацию и ловкость.

**Упражнения без предметов:**

* 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).

**Упражнения на расслабление мышц, дыхательные, на укрепление осанки:**

* свободное опускание рук вниз;
* напряженное и расслабленное положения рук, ног;
* потряхивание кистями рук;
* расслабление рук с выдохом;
* имитаци­онные, образные упражнения.

**Акробатические упражнения:**

* группировки;
* сед ноги врозь, сед на пятках;
* перекаты в положении лежа, руки вверх и в седе на пятках с опорой на предплечья;
* равновесие на носках с опорой и без нее;
* комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных дей­ствиях.

1. **Игротанцы.**

**Цель:** развивать музыкальность и чувство ритма, творческие способности и координацию движений, умение воплощать музыкально-двигательный образ.

**Хореографические упражнения**

* полуприседы;
* подъемы на носки, держась за опору;
* стойка руки на пояс и за спину;
* свободные, плавные движения руками;
* комбинации хореографических упражнений.

**Танцевальные шаги**

**Цель:** формировать у детей танцевальные движения.Способствовать повышению общей культуры ребѐнка.

**Виды упражнений:**

* шаг с носка;
* шаг на на носках;
* полу­присед на одной ноге, другую вперед на пятку;
* пружин­ные полуприседы;
* приставной шаг в сторону;
* шаг с не­большим подскоком;
* комбинации из танцевальных шагов.

**Ритмические танцы**

* «Хоровод»,
* «Мы пойдем сна­чала вправо»,
* «Танец сидя»,
* «Галоп шестерками» (на при­ставном шаге),
* «Если весело живется»,
* «Танец утят»,
* «Ла-вота»,
* «Кузнечик».

1. **Танцевально-ритмическая гимнастика**

**Цель:** развивать музыкальный слух; учить соотносить движения с музыкой; развивать музыкально-двигательное творчество; воспитывать у детей интерес к правильному, красивому выполнению движений.

**Специальные композиции и комплексы упражнений:**

* «Большой олень»,
* «На крутом берегу»,
* «Муренка»,
* «Хо­ровод»,
* «Я танцую»,
* «Чебурашка».

**5. Игропластика**

**Цель:** развивать мышечную силу и гибкость, свободно выражать свои эмоции.

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

1. **Пальчиковая гимнастика**

**Цель:** способствовать овладеванию навыками мелкой моторики.

* Общеразвиваю-щие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях: сгибание и разгибание, приведение и отведение, противопоставление пальцев рук при работе двумя руками и одной рукой.
* Игры-потешки.
* Выполнение фигурок из пальцев.

1. **Игровой самомассаж.**

**Цель:** воспитывать бережное отношение к своему телу; развивать двигательные навыки и тактильное восприятие.

* Поглаживание отдель­ных частей тела в образно-игровой форме.

1. **Музыкально – подвижные игры**

**Цель:** формировать умения координировать и согласовывать движения с темпом и ритмом музыки, четкий сигнал к началу действия.

* «Отгадай, чейголосок»,
* «Найди свое место»,
* «Нитка — иголка»,
* «Попрыгунчики-воробышки»,
* «Мы — веселые ребята»,
* «Совушка»,
* «Цапля и лягушки»,
* «У медведя во бору»,
* «Водяной».
* Музыкально-подвижные игры по ритмике.
* Подвижные 11 образные игры для строевых и общеразвивающих уп­ражнений.

**9.Игры – путешествия.**

**Цель:** закреплять умения и навыки, приобретенные ранее.

* «На лесной опушке»,
* «Пу­тешествие по станциям»,
* «Путешествие в морское царст­во — подводное государство»,
* «В гости к Чебурашке»,
* «Поход в зоопарк»,
* «Конкурс танца».

1. **Креативная гимнастика**

**Цель:** развивать творческие и созидательные способности детей; формировать навыков самостоятельного выражения движений под музыку, умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях.

**музыкально-твор­ческие игры:**

«Кто я?»,

«Море волнуется».

**специальные задания:**

«Создай образ»,

«Импровизация под песню».

***1.4. Учебный******план занятий для детей 3-4 лет***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Группа** | **Кол-во детей** | **Кол-во подгрупп** | **Кол-во детей в подгруппе** | **Кол-во занятий в неделю** | **Общая продолжительность в неделю (мин.)** |
| №8  (3-4года) | 32 | 2 | 11 | 1 | 15 |

***1.5.*** ***Планируемые результаты освоения программы***

Уровень достижений дошкольников отслеживается в течение учебного года по определенным показателям. Обработанная информация доводится до сведения родителей на индивидуальных собеседованиях.

По прошествии первого года обучения занимающиеся полу­чают следующие знания, умения и навыки:

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

Итоги работы подводятся на итоговом занятии.

**Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»**

**2.1. Календарно-учебный график**

|  |  |
| --- | --- |
| Начало учебного года | *2 сентября* |
| Окончание учебного года | *30 мая* |
| Количество учебных недель | *36* |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид контроля | Входной | Итоговый |
| Сроки контроля / форма контроля | *сентябрь* | *май (в конце 1-го года обучения)* |

**2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы.**

**Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:**

1.Начальный этап - обучению упражнению (отдельному движению);

2.Этап углубленного разучивания упражнения;

3.Этап закрепления и совершенствования упражнения

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения. Дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение. При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем. Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствования ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

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

Образовательные технологии, применяемые при реализации программы: технологии проблемного, модульного, диалогового обучения; игровые, репродуктивные, проектно-исследовательские, творческо-продуктивные технологии, направленные на формирование устойчивой мотивации к освоению танцевально-ритмической гимнастики и самообразованию. Особое внимание уделяется рефлексии. Занятия по данному виду деятельности включают в себя:

1. 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.
2. 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.
3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.
4. 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.
   * совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в танцевально-игровую гимнастику, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

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

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

***Начальный этап*** обучения характеризуется созданием предварительногопредставления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение.

***Название упражнения****,*вводимое педагогом на начальном этапе,создаетусловия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

***Показ упражнения*** или отдельного движения должен быть ярким,выразительным и понятным, желательно в зеркальном изображении. В танцевально-игровой гимнастике показ упражнения является наиболее существенным звеном процесса обучения, особенно для дошкольников, где восприятие движений в большей степени связано со зрительным анализатором. Правильный показ создает образ-модель будущего движения, формирует представление о нем и о способе его выполнения.

***Объяснение техники*** исполнения упражнения дополняет ту информацию,которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть образным и кратким, с использованием гимнастической терминологии. В дальнейшем, при проведении комплексов упражнений, краткая подсказка в виде термина сразу же воссоздает образ движения у обучающихся — они легко вспоминают отдельные элементы в общей композиции.

Первые попытки *опробования упражнения* имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка. Воспитанник впервые выполняет упражнение на основе тех представлений, которые он получил. Важно, чтобы между ощущениями первой попытки и уже создавшимся представлением об упражнении (на основе его названия, показа и объяснения) не было больших расхождений.

По первым попыткам выполнения упражнения педагог может судить, как обучаемый понял свою задачу, и в зависимости от этого планировать дальнейший путь обучения. При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению. Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется целостный метод обучения. В танцевально-игровой гимнастике его можно использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на два, четыре, восемь и большее количество счетов.

При необходимости следует подобрать подводящие упражнения или, применяя подготовительные упражнения, создать основу для опробования изучаемого упражнения. Например, при обучении равновесию на одной ноге для удержания тела в вертикальном положении необходимо, чтобы сила мышц ног, разгибателей спины и брюшного пресса была достаточно хорошо развита.

Для начального обучения упражнения используются ориентиры, ограничители. Так, при перестроении в колонну по трое ориентиром для направляющих могут являться кегли, а при ходьбе «змейкой» ограничителями будут кубики.

Педагог должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям. Так, образные сравнения, приводимые педагогом в объяснении того или иного движения, помогают детям правильно его осваивать, так как создают у детей особое настроение, что вызывает желание активно действовать, сопереживать. Положительные эмоции при игровом обучении, похвала активизируют работу сердца, нервной системы ребенка. Нельзя вести обучение на фоне отрицательных эмоций. Необходимо увлекать, заинтересовывать ребят — только тогда обучение движениям будет эффективным.

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

Этап углубленного разучиванияупражнения характеризуется уточнением

* совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствованию ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Расчленение движения происходит только в случае уточнения его деталей. Количество повторений в одном занятии увеличивается по сравнению с предыдущим этапом.

Процесс разучивания существенно ускоряется, если удается обеспечить занимающихся срочной информацией о качестве его выполнения. К таким приемам в танцевально-игровой гимнастике можно отнести: выполнение упражнения перед зеркалом, использование звуковых ориентиров (хлопков, отражающих ритмическую характеристику упражнения или специально подобранной музыки, музыкальный размер которой способствует лучшему ис-полнению упражнения).

Успех на этапе углубленного разучивания упражнения зависит и от активности обучаемых. Повышению активности детей способствуют изменение условий выполнения упражнения, постановка определенных двигательных задач.

* этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение. Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления — «идеомоторной тренировки». В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем и без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения, уточнению его деталей, двигательных действий. Только тогда, когда выполнение изучаемого упражнения отвечает характерным его особенностям, стилю исполнения, создает определенную школу движений, можно считать, что этап формирования основ двигательного навыка закончен.

Этап закрепления и совершенствованияхарактеризуется образованиемдвигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом — соревновательный и игровой.

По мере многократного повторения упражнения двигательный навык формируется в основном варианте. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. Здесь необходимо, совершенствуя качество исполнения упражнения, формировать индивидуальный стиль.

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

* танцевально-игровой гимнастике, с ее внешней простотой движений и яркой образностью упражнений под музыку, иногда трудно применить поэтапность обучения. Направляющая и воспитывающая роль педагога состоит в формировании «школы движений», определенного стиля их выполнения, сознательного отношения к обучению. Это повышает интерес к занятиям любой сложности, стимулирует к активному и творческому труду.

**2.3. Мониторинг**

Оценить эффективность использования программы предлагается по диагностике уровня музыкального и психомоторного развития ребенка А. И. Бурениной. Карта определения уровня освоения программы заполняется на каждую группу 1 раз в год (май). (Приложение 2)

**Формы подведения итогов:**

* выступление детей на детских утренниках, праздниках;
* участие в театрально-хореографических постановках;
* участие в муниципальных конкурсах детского творчества.

**2.4. Материально-техническое обеспечение работы**

ООД может проводиться как в музыкальном, так и в физкультурном зале. Помещение должно быть проветрено, хорошо освещено.

Также требуется:

-музыкальный центр

-компакт – диски

* флэш-карты

-декорации (для проведения сюжетных занятий)

-костюмы и их элементы

-отличительные знаки, эмблемы, жетоны

-грамоты, значки, медали (для подведения итогов и награждения) -атрибуты: кегли, обручи, мячи разных размеров, скакалки, платочки, шарфики, косынки.

**2.5. Особенности развивающей предметно – пространственной среды**

Для эффективной реализации Программы, занятия проводятся в музыкально – физкультурном зале, где создана развивающая предметно-пространственная среда в соответствии требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013 №26 и федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее – ФГОС ДО).

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства группы, материалов, оборудования для развития детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков развития.

Предметно-пространственная среда содействует развитию совместной партнерской деятельности взрослого и ребенка, свободной самостоятельной деятельности детей. Развивающая предметно-пространственная среда группы обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности детей. На занятиях используются традиционное физкультурное оборудование, тренажеры, музыкальная фонотека.

Развивающая предметно-пространственная среда группы содержательно насыщенна, трансформируема, полифункциональна, вариативна, доступна и безопасна.

**Список литературы**

1. Алямовская В.Г. Как воспитывать здорового ребѐнка.- М.,1993.
2. Бодраченко И.В. Музыкальные игр в детском саду для детей 3- лет.-М.:

Айрис – пресс, 2009. – 144с.

1. Васильева Т.К. Секрет танца.-СПд., 1997.
2. Герела Н.Ф. Дыхание, движение, Самомассаж. Методика оздоровления на основе парадоксальной дыхательной гимнастики А.Н.Стрельниковой.-Л.,1991.
3. Гимнастика: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова и др.-М.,2001
4. Дубровский В.И. Лечебная физкультура: Учебник для вузов. – 1999
5. Казакевич Н.В. СайкинаЕ.Г. , Фирилева Ж.Е. Ритмическая гимнастика. Методическое пособие.- СПб , 2001.
6. Казьмин В.Д. Дыхательная гимнастика. Серия «Панацея». Ростов н\Д., 2000
7. Конорова Е.В Методическое пособие по ритмике.-М.,1972.
8. Нестерюк Т.В. Гимнастика маленьких волшебников- «ДТД», 1993
9. Руднева С., Фиш Э. Ритмика . Музыкальное движение.-М., 1972.
10. Тюрин Аверкий. Самомассаж.- СПб., Москва Минск, Харьков 1997.
11. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально – игровая гитнастика для детей. Учебное пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб , «Детство-Пресс», 2007
12. Шарманова С. Морское царство. Применение сюжетных занятий на основе ритмической гимнастики в физическом воспитании детей дошкольного возраста:

Учебное пособие\ под ред. А.И.Федорова – Челябинск.

Приложение 1

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  | | |
|  |  |  | | |  | |  |
|  |  |  | **Сентябрь** | |  | |  |
|  |  |  |  |  |  | | |
| **Недели** |  | **Вводная часть** |  | **Основная часть** | **Заключительная** | | |
| **Темы** |  |  |  |  |  | | **часть** |
| 1-я  неделя | *Строевые упражнения:* | | Построение врассыпную | | *Упражнения на* | | |
|  | построение в | *Танцевальные шаги* | | *расслабление мышц,* | | |
|  |  | колонну, шеренгу |  шаг с носка, на носках | | *укрепление осанки*, | | |
|  |  | по команде | *Общеразвивающие* | | *дыхательные*: | | |
|  |  | (образно – | *упражнения без предмета:* | |  поднимание рук - на | | |
| Образно-игровые упражнения |  | двигательные |  | основные упражнения | вдохе, свободное | | |
|  | упражнения |  | прямыми и согнутыми | опускание - на выдохе | | |
|  | «солдатики) |  | руками и ногами, | *Игровой самомассаж:* | | |
|  | передвижение в |  | выполняемые под |  | поглаживание | |
|  |  | сцеплении |  | музыку |  | рук и ног в | |
|  |  | «гусеница» |  | основные движения |  | образно-игровой | |
|  | *Игроритмика* | |  | туловищем и головой |  | форме | |
|  |  | хлопки в такт | *Музыкально – подвижная игра* | |  |  | |
|  |  | музыки |  «Найди свое место» | |  |  | |
| 2-я |  | | *Общеразвивающие* | | *Упражнения на* | | |
| неделя |  | | *упражнения без предмета* | | *расслабление мышц,* | | |
|  | *Строевые упражнения*: | |  полуприсед; | | *дыхательные и на* | | |
| Игропластика |  | построение в круг |  упоры | | *укрепление осанки:* | | |
|  |  | и передвижение по |  | |  поднимание рук - на | | |
|  |  | кругу в различных |  | | вдохе, свободное | | |
|  |  | направлениях |  | | опускание - на выдохе | | |
|  |  | (вправо, влево, в |  | |  напряженное и | | |
|  |  | круг, от центра) | *Танцевальные шаги* | | расслабленное | | |
|  | *Игроритмика* | |  полуприсед на одной ноге | | положение рук и ног | | |
|  |  | ходьба сидя на |  шаг с носка, на носках | | в образно-двигательной | | |
|  |  | стуле |  |  | форме и различных | | |
|  |  | хлопки в такт | *Подвижная игра* | | исходных положениях: | | |
|  |  | музыки |  «Нитка – иголка» | | лежа,сидя.стоя. | | |
| 3-я | *Строевые упражнения*: | | *Ритмический танец.* | | *Имитационно –* | | |
| неделя |  | построение в |  «Танец сидя» | | *образные упражнения* | | |
|  |  | шеренгу, в круг | *Танцевальные шаги* | | *на осанку* | | |
| Игроритмика |  | перестроение из |  полуприсед на одной ноге | |  | | «столбик» |
|  | одной шеренги в |  пружинные полуприсяды | |  | | «палочка» |
|  |  | несколько: «орехи» |  |  |  | |  |
|  |  | «шишки», «желуди». | *Музыкально – подвижная игра* | |  | |  |
|  |  | шаг с подскоком | «Цапля и лягушки» | |  | |  |
| 4-я |  | | | |  | |  |
| неделя | 1. | *Ритмический танец* «Осенний марафон» | | |  | |  |
|  | 2. | *Общеразвивающие упражнения* с осенними листьями | | |  | |  |
| Сюжетное | 3. | *Танцевальная композиция* «Осенние принцессы» | | |  | |  |
| занятие | 4. | *Танцевальная композиция* «Дождя не боимся» | | |  | |  |
| «Осенняя | 5. | *Музыкально – подвижная игра* «Солнышко и дождик» | | |  | |  |
| прогулка» | 6. | *Игра* «Подуй на осенний листочек» | | |  | |  |
|  |  |  | | |  | |  |

**Октябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Недели** |  | **Вводная часть** |  | **Основная часть** | **Заключительная** | |
|  | **Темы** |  |  |  |  |  | **часть** |
|  | 1-я | *Строевые упражнения:* | | *Танцевальные шаги* | | *Упражнения на* | |
|  | неделя |  | перестроение из |  приставные шаги в сторону | | *расслабление мышц,* | |
|  |  |  | одной шеренги |  шаг с небольшим подскоком | | *укрепление осанки*, | |
|  | Образно-игровые упражнения |  | в несколько | *Хореографические* | | *дыхательные*: | |
|  |  | (образно – | *упражнения:* | |  поднимание рук - на | |
|  |  | двигательные |  | полуприсяды | вдохе, свободное | |
|  |  | действия: «шишки», |  | подъемы на носки, | опускание - на выдохе | |
|  |  |  | «желуди», «орехи». |  | держась за опору |  |  |
|  |  |  | построение в круг |  | свободные, плавные |  |  |
|  |  | *Игроритмика* | |  | движения руками |  |  |
|  |  |  акцентированная | | *Ритмический танец* | |  |  |
|  |  | ходьба | |  | «Кузнечик» |  |  |
|  |  |  | хлопки в такт | *Музыкально – подвижная игра* | |  |  |
|  |  |  | музыки |  «Цапля и лягушки» | |  |  |
|  | 2-я |  | | *Общеразвивающие* | | *Имитационно* | |
|  | неделя | | | *упражнения* с воздушными | | *образные упражнения,* | |
|  |  | *Строевые упражнения*: | | шарами | | *на осанку,* | |
|  | Игро-пластика |  | построение | *Танцевально-ритмическая* | | *дыхательные*: | |
|  |  | врассыпную | *гимнастика* | |  «Буратино». | |
|  |  |  | построение |  «У оленя дом большой» | |  | |
|  |  |  | в круг | *Музыкально – подвижная игра* | |  | |
|  |  |  |  |  «У медведя во бору» | |  | |
|  |  |  |  |  | |  | |
|  |  | *Игроритмика* | |  |  |  | |
|  |  |  | ходьба сидя на |  |  |  | |
|  |  |  | стуле |  |  |  | |
|  |  |  | хлопки в такт |  |  |  |  |
|  |  |  | музыки |  |  |  |  |
|  | 3-я | *Строевые упражнения*: | | *Танцевально – ритмическая* | | *Имитационно –* | |
|  | неделя |  | построение в | *гимнастика* | | *образные упражнения* | |
|  | Игро-ритмика |  | шеренгу, в круг |  | упражнения с | *на осанку* | |
|  |  | приставные шаги в |  | султанчиками |  | «столбик» |
|  |  | сторону |  | «У оленя дом |  | «палочка» |
|  |  | шаг с подскоком |  | большой» |  |  |
|  |  |  | *Музыкально-подвижная игра* | |  |  |
|  |  |  | «У медведя во бору» | |  |  |

4-я

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 4-я |  | |  |  |
| неделя | 1. | *Общеразвивающее упражнение -«Поход»* | | |
|  | 2. | *Танцевально-ритмическая гимнастика -* *«У оленя дом большой»* | | |
| Сюжетное | 3. | *Комплекс общеразвивающих упражнений* | | |
| занятие | 4. | *Музыкально – подвижная игра - «Цапля и лягушки»(или «Зайчики и волк»)* | | |
| «На лесной | 5. | *Ритмический танец «Кузнечик»* | | |
| опушке» | 6. | *Игра «Подуй на осенний листочек»* | | |

**Ноябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Недели** |  | **Вводная часть** | **Основная часть** | | **Заключительная** | |
|  |  |  |  |  |  | **часть** |
| 1-я | *Строевые упражнения*: | | *Ритмический танец.* | | *Игропластика* | |
| неделя |  | |  «Если весело живется …» | |  «змея» | |
|  |  построение врассыпную. | | *Танцевально – ритмическая* | |  «ёжик» | |
| Образно-игровые упражнения |  построение в шеренгу | | *гимнастика* | | *Упражнения на* | |
|  построение в круг | |  «На крутом бережку» | | *расслабление мышц,* | |
| «горошинки» | |  |  | *дыхательные и* | |
|  |  | *Танцевальные шаги* | | *укрепление осанки* | |
|  | *Игроритмика* | |  | комбинации из |  | имитационно- |
|  |  | акцентированная |  | танцевальных щагов |  | образное |
|  |  | ходьба с махом руками | *Пальчиковая гимнастика* | |  | упражнение |
|  |  | вниз на сильную долю |  общеразвивающие | |  | «сон» |
|  |  |  | упражнения пальчиками | |  |  |
|  | *Музыкально подвижная игра* | |  |  |  |  |
|  |  | «Быстро по местам» | *Креативная гимнастика* | |  |  |
|  |  |  |  творческая игра «Кто я?» | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2-я | *Строевые упражнения*: | | *Танцевальные шаги* | | *Упражнения на* | |
| неделя |  | |  комбинации из | | *расслабление мышц,* | |
|  |  | построение в круг |  | танцевальных щагов | *дыхательные и* | |
| Игропластика | *Игроритмика* | | *Танцевально – ритмическая* | | *укрепление осанки* | |
|  |  | «громко-тихо» | *гимнастика* | |  | «воробушки |
|  | *Музыкально подвижная игра* | |  «На крутом бережку» | |  | полетели» |
|  |  | «Эхо» |  «У оленя дом большой» | |  |  |
|  |  |  | *Ритмический танец.* | |  |  |
|  | *Креативная гимнастика* | |  «Если весело живется …» | |  |  |
|  |  | импровизация движений | *Пальчиковая гимнастика* | |  |  |
|  |  | под песню |  «бинокль» | |  |  |
|  |  |  |  «лодочка» | |  |  |
|  |  |  |  «цепочка» | |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |
| 3-я | *Строевые упражнения*: | | *Танцевальные шаги* | | *Имитационно –* | |
| неделя |  построение в круг | |  комбинации из | | *образные упражнения* | |
|  | *Музыкально подвижная* | | танцевальных шагов | | *на дыхание* | |
| Игроритмика | *игра* | | *Танцевально – ритмическая* | |  | «Насос» |
|  |  «Эхо» | | *гимнастика* | |  |  |
|  | *Креативная гимнастика* | |  «На крутом бережку» | |  |  |
|  |  импровизация движений | |  «У оленя дом большой» | |  |  |
|  | под песню | |  |  |  |  |
| 4-я |  | | | | | |
| неделя | *1. Общеразвивающее упражнение -«Вагончики»* | | | | | |
|  | *2. Станция первая – «Спортивная» (общеразвивающие упражнения).* | | | | | |
| Сюжетное | *3. Станция вторая – «Певучая нотка» (ходьба под песню).* | | | | | |
| занятие | *4. Станция третья – «Сказочная» ( танц.ритм.гимнастика «На крутом бережку»)* | | | | | |
| Путешествие | *5. Станция четвертая – «Давате-ка поиграем» (игра «Тихо-громко»)* | | | | | |
| по станциям | *6. Станция пятая – «Танцевальная» (ритм. танец «Если весело живется..»)* | | | | | |
| «Веселый | *7. Подведение итогов занятия* | | | | | |
| экспресс» |  | | | | | |

**Декабрь**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | |  | **Основная часть** | **Заключительная** | |
|  |  |  |  |  |  | **часть** |
| 1-я | *Креативная гимнастика* | | *Подвижная игра* «Перемена | | *Пальчиковая* | |
| неделя | Импровизация движений | | мест» |  | *гимнастика* | |
|  | под музыку *Музыкально* | | *Ритмический танец.* «Лавота» | | Выполнение фигурок | |
| Образно-игровые упражнения | *– подвижная игра* «Эхо» | | Построение в круг. «Галоп | | из пальчиков | |
|  |  | шестерками» на приставном | |  | бинокль |
|  |  | шаге. *Подвижная игра* «Квас» | |  | лодочка |
|  |  |  |  |  | цепочка |
|  |  | |  | |  | |
| 2-я | *Строевые упражнения*: | | *Танцевальные шаги* | | *Креативная* | |
| неделя | Построение в круг | | Композиция из танцевальных | | *гимнастика* «Море | |
|  | *Игроритмика* |  | шагов. Сочетание шагов с носка | | волнуется» | |
|  | Поднимание и |  | и шагов с небольшим подскоком | |  |  |
| Игропластика | опускание рук на 4 | | *Танцевально – ритмическая* | |  |  |
|  | счета, на 2 счета и на | | *гимнастика* «Снежинки» | |  |  |
|  | каждый счет |  | *Ритмический танец*: «Танец | |  |  |
|  |  |  | сидя» |  |  |  |
|  |  |  | *Подвижная игра* «Чехарда» | |  |  |
| 3-я | *Креативная гимнастика* | | *Общеразвивающие упражнения* с | | *Упражнения на* | |
| неделя | «Создай образ» | | гантелями | | *расслабление мышц,* | |
|  | Игровые задания для | | *Игропластика* | | *дыхательные и на* | |
|  | развития пластической | | Специальные упражнения для | | *укрепление осанки:* | |
| Игроритмика | выразительности при | | развития силы мышц | | имитационно – | |
|  | создании образа | | Морские фигуры | | образные | |
|  |  |  |  | морская звезда | упражнения | |
|  |  |  |  | морской конек | «вороны» | |
|  |  |  |  | краб |  |  |
|  |  |  |  | дельфин |  |  |
|  |  |  | *Ритмический танец.* «Все | |  |  |
|  |  |  | спортом занимаются» | |  |  |
| 4-я |  | |  | |  |  |
| неделя | 1. Ходьба, бег, прыжки, поскоки между снежинками | | | |  |  |
| ***Сюжетное*** | 2. Танцевальная композиция со снежинками | | | |  |  |
| ***занятие*** | 3. Музыкально – подвижная игра | | | |  |  |
| «Путешествие |  | «Снежки» |  |  |  |  |
| в зимний |  | «Роботы и звездочки» | | |  |  |
| сказочный |  | «На оленьих упряжках» | | |  |  |
| лес» |  | «Снежные карусели» | | |  |  |
|  | 4. Снежные Фигуры | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Январь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | | |  | **Основная часть** | **Заключительная** | |
|  |  |  |  |  |  |  | **часть** |
| 1-я | *Строевые* | |  | *Игропластика* Специальные | | *Креативная* | |
| неделя | *упражнения:* | | | упражнения для развития | | *гимнастика* | |
|  | построение в круг. | | | силы мышц – морские фигуры | | «Море волнуется» | |
| Образно-игровые упражне-ния |  | | |  | морская звезда |  |  |
|  | | |  | морской конек |  |  |
| *Игроритмика* | | |  | краб |  |  |
| поднимание и | | |  | дельфин |  |  |
|  | опускание рук на 4 счета, | | | *Ритмический танец.* | |  |  |
|  | на 2 счета и на каждый | | |  «Галоп шестерками» | |  |  |
|  | счет. |  |  | *Танцевальные шаги.* | |  |  |
|  |  |  |  |  композиция из танц.шагов | |  |  |
|  |  |  |  |  шаги с носка и с подскоком. | |  |  |
| 2-я | *Строевые* | |  | *Ритмический танец.* | | *Креативная* | |
| неделя | *упражнения:* | | |  «Галоп шестерками» | | *гимнастика* | |
|  | построение в круг. | | | *Игропластика* | | «Море волнуется» | |
|  |  | | |  «улитка» | |  | |
| Игро-пластика |  | | |  | «морской лев» |  | |
| *Игроритмика* | | |  | «медуза» |  | |
|  | поднимание и | | |  | «уж», «морской червяк». |  |  |
|  | опускание рук на 4 | | | *Танцевально – ритмическая* | |  |  |
|  | счета, на 2 счета и на | | | *гимнастика .* | |  |  |
|  | каждый счет. | | |  Построение врассыпную. | |  |  |
|  |  |  |  | «Песня Муренки». | |  |  |
| 3-я | *Строевые* | |  | *Хореографические упражнения* | | *Упражнения на* | |
| неделя | *упражнения:* | | |  | комбинации и.п. | *расслабление мышц,* | |
|  | построение в круг. | | |  |  | *дыхательные и на* | |
|  |  «У ребят порядок | | | *Креативная гимнастика* | | *укрепление осанки.* | |
| Игро-ритмика | строгий» | | |  | «Создай образ» |  | «насос». |
| *Игроритмика* | | | *Танцевально – ритмическая* | |  |  |
|  |  поднимание и | | | *гимнастика.* | |  |  |
|  | опускание рук на 4 | | |  «У оленя дом большой», | |  |  |
|  | счета, на 2 счета и на | | |  «На крутом бережку», | |  |  |
|  | каждый счет. | | |  «Песня Муренки». | |  |  |
|  | *Музыкально –* | | |  | |  |  |
|  | *подвижная игра* | | |  | |  |  |
|  |  «Водяной» | | |  |  |  |  |
| 4-я |  | | |  | |  |  |
| неделя | 1. | *Преодаление препятствий*: «Речка», «яма», «гора» ,«болото». | | | | | |
|  | 2. *Упражнения на дыхание* – «Парус», «Волны шипят». | | | | | | |
| ***Сюжетное*** | 3. *Упражнения для укрепления мышц спины и живота -* «Морская звезде», | | | | | | |
| ***занятие*** | «Плавнаие брасом», «Кальмар», «Медуза». | | | | | | |
| «Путеше- | 4. *Упражнение на развитие гибкости –* «Альбатрос» | | | | | | |
| ствие в | 5. *Упражнение на расслабление –* «Я на солнышке лежу» | | | | | | |
| морское | *6. Музыкально – подвижная игра.* «Море волнуется» | | | | | | |
| царство» | 7. *Танцевально-ритмическая гимнастика* – «Муренка». | | | | | | |
|  | 8. *Ритмический танец-* «Галоп шестерками» | | | | |  |  |
|  | 9. *«Купание»–* игры на воде, подведение итогов. | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**Февраль**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Недели** | **Вводная часть** | **Основная часть** | **Заключительная** | |
|  |  |  |  |  | **часть** |
|  | 1-я | Акцентированная ходьба с | *Танцевально – ритмическая* | *Игропластика.* | |
|  | неделя | махом руками, сгибание | *гимнастика* «Я танцую» | Специальные | |
|  |  | пальцев рук в кулак и | *Ритмический танец*. | упражнения на | |
|  | Образно-игровые упражне-ния | разгибание | «Каравай» | развитие силы | |
|  | *Креативная гимнастика.* | *Танцевально – ритмическая* | мышц |  |
|  | Творческая игра | *гимнастика* «Кузнечики» |  | «змея» |
|  |  | «Кто я?» | *Музыкально – подвижная* |  | «ежик» |
|  |  |  | *игра* «Совушка» |  |  |
|  |  |  |  |  | |
|  | 2-я | *Строевые упражнения:* | *Танцевально – ритмическая* | *Пальчиковая* | |
|  | неделя | «Солдатики» | *гимнастика* «С платочками» | *гимнастика* | |
|  |  | *Игроритмика* | *Ритмический танец.* | «Дружат наши | |
|  | Игро-пластика | Выполнение | «Цветные ленточки» | пальчики» | |
|  | общеразвивающих | *Музыкально – подвижная* |  |  |
|  |  | упражнений под музыку с | *игра* «Ленточки – хвосты» |  |  |
|  |  | притопом под сильную долю |  |  |  |
|  |  | такта |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 3-я | ***Сюжетное занятие «Аты – баты мы солдаты!»*** | | |  |
|  | неделя | 1. | Парад военных |  |  |
|  |  | 2. | Упражнения с флажками «Сигнальщики» | |  |
|  | Сюжет. | 3. | Полоса препятствий |  |  |
|  | занятие | 4. | Ритмический танец «Салютики» | |  |
|  |  | 5. | Ритмический танец «Синий платочек» | |  |
|  |  |  | |  |  |
|  | 4-я | *Строевые упражнения:* | | *Танцевальные шаги*. | *Креативная* |
|  | неделя |  | передвижение по | Сочетание приставных и | *гимнастика* |
|  |  |  | кругу шагом и | скрестных шагов в сторону | Специальные |
|  |  | бегом |  | *Общеразвивающие* | игровые задания |
|  | Игро-ритмика | Бег по кругу и по ориентирам | | *упражнения* с мягкими | «Магазин игрушек» |
|  | *Игроритмика* Удары ногой на | | игрушками |  |
|  |  | каждый счет и через счет | | *Ритмический танец.* |  |
|  |  |  |  | «Веселые игрушки» |  |
|  |  |  |  | *Музыкально – подвижная* |  |
|  |  |  |  | *игра* «Золотые ворота» |  |

**Март**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | |  | **Основная часть** | **Заключительная часть** | |
|  |  | |  | |  | |
| 1-я | *Строевые упражнения:* | | *Игропластика* | | *Игропластика* | |
| неделя |  | построение в |  | «велосипед» | Упражнения для | |
|  |  | круг и |  | «морская звезда» | развития гибкости | |
|  |  | передвижение |  | «орешек» |  | «волшебник» |
|  |  | по кругу |  | «кобра» |  | «змея» |
| Образно-игровые упражне- |  | в сцеплении | *Танцевально – ритмическая* | |  | «котенок» |
|  |  | *гимнастика* «Часики» | |  | «по-турецки» |
|  |  | *Ритмический танец.* Полька | |  |  |
| ния |  | действиях | «Добрый жук» | |  |  |
|  |  | «Лыжники» |  |  |  |  |
|  | *Хореографические* | |  |  |  |  |
|  | *упражнения* | |  |  |  |  |
|  |  | поклон для |  |  |  |  |
|  |  | мальчиков |  |  |  |  |
|  |  | реверанс для |  |  |  |  |
|  |  | девочек |  |  |  |  |
| 2-я | ***Сюжетное занятие «Мамин день»*** | | | |  |  |
| неделя | 1. | *Танцевально – ритмическая гимнастика* «Букет для мамы» | | | |  |
|  | 2. | *Ритмический танец* «Сюрприз» | | |  |  |
| Сюжетное занятие | 3. | *Пластические этюды* «Фигуры» | | |  |  |
|  | |  | |  | |
| 3-я | *Игра* «Поезд» | | *Общеразвивающие* | | *Игропластика.* | |
| неделя | *Игроритмика.* | | *упражнения* с обручами. | | Круговые движения | |
|  | На воспроизведение | | *Танцевально – ритмическая* | | кистями и пальцами рук | |
|  | динамики звука. | | *гимнастика* «Воробьинная | |  | «оса» |
| Игро-ритмика | Увеличение круга – | | зарядка» | |  | «вертолет» |
| усиление звука, | | *Ритмический танец* | |  |  |
|  | уменьшение круга – | | «Зарядка - Латина» | |  |  |
|  | уменьшение звука. | | *Музыкально – подвижная* | |  |  |
|  |  |  | *игра* «Аквариум» | |  |  |
| 4-я | *Строевые упражнения:* | | *Акробатические* | | *Упражнения на* | |
| неделя | Построение врассыпную | | *упражнения.* | | *расслабление мышц,* | |
|  | *Общеразвивающие* | |  | группировка в | *дыхательные и на* | |
|  | *упражнения без* | |  | положении сидя, | *укрепление осанки* | |
|  | *предмета.* Сочетание | |  | лежа | Контрастные движения | |
|  | упоров с движениями | |  | перекаты вперед, | руками на напряжение и | |
|  | ногами (упор присев, | |  | назад | расслабление | |
|  | упор сидя. упор стоя на | |  | перекаты вправо, |  |  |
|  | коленях. упор лежа) | |  | влево |  |  |
|  |  |  | *Танцевально – ритмическая* | |  |  |
|  |  |  | *гимнастика* «Аэробика» | |  |  |
| Игро-пластика |  |  | *Ритмический танец* | |  |  |
|  |  | «Макарена» | |  |  |
|  |  |  | *Музыкально – подвижная* | |  |  |
|  |  |  | *игра* «Пятнашки» (с | |  |  |
|  |  |  | домиками) | |  |  |

**Апрель**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Недели** |  | **Вводная часть** | **Основная часть** | **Заключительная часть** | |
|  |  | |  |  | |
| 1-я | *Музыкально-подвижная* | | Танцевально – | *Игропластика.*Упражнения | |
| неделя | *игра* на закрепление | | ритмическая гимнастика | для развитие мышечной | |
|  | навыка построения в | | «Аэробика» | силы в заданиях. | |
| Образно-игровые упражне-ния | колонну, шеренгу, круг. | | *Танцевальные шаги* |  |  |
|  |  |  прыжки с ноги на |  |  |
|  |  | ногу, другую |  |  |
|  |  |  | сгибая назад |  |  |
|  |  |  | *Ритмический танец.* |  |  |
|  |  |  | «Шуточный рок-н-ролл» |  |  |
|  |  |  | *Музыкально –* |  |  |
|  |  |  | *подвижная игра* |  |  |
|  |  |  | «Горелки» |  |  |
| 2-я | *Музыкально – подвижная* | | *Танцевальные шаги* | *Креативная гимнастика.* | |
| неделя | *игра* |  | Переменный и русский | Специальные игрозадания | |
|  | «Замри-отомри» | | хороводный шаги | «Художественная галерея | |
|  | *Игроритмика* | | *Общеразвивающие* |  |  |
| Игро-пластика |  | ходьба на каждый | *упражнения* с гантелями |  |  |
|  | счет и через счет с | *Ритмический танец* |  |  |
|  |  | хлопками | «Бабка-Ежка» |  |  |
|  |  | построение по | Музыкально – |  |  |
|  |  | ориентирам | подвижная игра «Усни- |  |  |
|  |  |  | трава» |  |  |
| 3-я | *Танцевальные шаги:* | | *Танцевально –* | *Упражнения на* | |
| неделя |  | шаг галопа вперед | *ритмическая* | *расслабление мышц* | |
|  |  | и в сторону | *гимнастика* «С |  | «медузы» |
| Игро-ритмика | *Музыкально – подвижная* | | платочком» |  | «звездочка» |
| *игра* «К своим флажкам» | | *Ритмический танец* |  |  |
|  |  |  | «Кремена» |  |  |
|  |  |  | *Подвижная игра* «День – |  |  |
|  |  |  | ночь» |  |  |
| 4-я | *Строевые упражнения:* | | *Акробатические* | *Игропластика.* | |
| неделя |  | перестроение в две | *упражнения.* | Специальные упражнения | |
|  |  | колонны | Вертикальное | на развитие мышечной | |
|  |  | в два круга | равновесие на одной | силы |  |
|  |  |  | ноге с различными |  | «укрепи животик» |
| Игро-ритмика |  |  | движениями рук |  | «укрепи спинку» |
|  |  | *Танцевально –* |  |  |
|  |  |  | *ритмическая* |  |  |
|  |  |  | *гимнастика* «Приходи |  |  |
|  |  |  | сказка» |  |  |
|  |  |  | *Ритмический танец* |  |  |
|  |  |  | «Русский хоровод» |  |  |
|  |  |  | *Музыкально –* |  |  |
|  |  |  | *подвижная игра* |  |  |
|  |  |  | «Ручейки и озера» |  |  |

**Май**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** |  | **Основная часть** | **Заключительная** | |
|  |  |  |  |  | **часть** |
| 1-я | Сюжетное занятие «День | Победы» | |  |  |
| неделя | 1. Военный парад |  |  |  |  |
|  | 2. *Танцевально* *–* *ритмическая гимнастика* «Сигнальщики» | | |  |  |
| Образно-игровые упражне-ния | 3. Игры-эстафеты |  |  |  |  |
| 4. *Танцевально* *–* *ритмическая гимнастика* *«Синий платочек»* | | | |  |
|  |  | |  | |
| 2-я | *Строевые* | *Акробатические упражнения* | | *Креативная* | |
| неделя | *упражнения*: |  | «ежик» | *гимнастика* «Ай, да я!» | |
|  | *Игроритмика*. |  | «кузнечик» | *Музыкально-подвижная* | |
|  | Выполнение ходьбы с |  | «колобок» | *игра* на определение | |
| Игро  пластика | увеличением темпа, |  | «ласточка» | характера | |
| переход на бег и | *Общеразвивающие упражнения* с | | музыкального | |
|  | обратно | гимнастическими палками | | произведения | |
|  |  | *Ритмический танец*: «Полька» | |  |  |
|  |  | *Музыкально – подвижная игра* | |  |  |
|  |  | «Веселый бубен» | |  |  |
| 3-я | ***Сюжетное занятие «В мире музыки и танца»*** | | |  |  |
| неделя | 1. Ритмический танец «Веселая разминка» | | |  |  |
|  | 2. Танцевально – ритмическая композиция «Олимпиада» | | | |  |
| Сюжетное | 3. Ритмический танец «Карнавал», «Дружба» | | |  |  |
| занятие | 4. Музыкально – подвижная игра «Затейники» | | |  |  |
|  | 5. Креативная гимнастика «Делай как я, делай лучше меня» | | | |  |
|  |  |  | |  | |
| 4-я | *Креативная* | *Танцевальные шаги.* | | *Игропластика* | |
| неделя | *гимнастика.* | Комбинации на изученных | | Упражнения для | |
|  | Специальные задания | танцевальных шагах | | развития гибкости | |
|  | «Танцевальный | *Танцевально – ритмическая* | |  | «бабочка» |
| Игро-ритмика | вечер» | *гимнастика* «Зарядка» | |  | «звездочка» |
|  | *Бальный танец* «Падеграс» | |  | «рыбка» |
|  |  | *Музыкально – подвижная игра* | |  | «лягушка» |
|  |  | «Музыкальные змейки» | |  |  |

Приложение 2

***Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития ребёнка***

***на занятиях хореографией***  ***(по методике А.И. Бурениной)***

***в младшей группе***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Фамилия, имя**  **ребенка** | **К.1** | **К.2** | **К.3** | **К.4** | **К.5** | **К.6** | **К.7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Критерий 1 Способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом**

**5 баллов** – умеет передавать характер музыки, самостоятельно начинает и заканчивает движение вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки.

**4-2 балла** – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

**1-0 баллов** – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, с начало ми концом произведения.

**Критерий 2 Выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу, нежность и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.**

**5 баллов** – умеет ярко передавать мимикой, пантомимой, жестами радость, удивление, восторг, грусть исходя из музыки и содержания композиции, подпевает, приговаривает во время движения, помогая этим себе.

**4-2 балла** – передаёт  настроение музыки  и содержание композиции характером движений без ярких проявлений мимики и пантомимики.

**1-0 баллов** – затрудняется в передаче характера музыки и содержания композиции движением, мимика бедная, движения невыразительные.

**Критерий 3 Умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных  на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные.**

**5 баллов** – проявляет свои фантазии, придумывает  свои варианты движения для передачи характера музыки, игрового образа, используя при этом выразительный жест и оригинальные движения; умеет исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях и под другую музыку.

**4-2 балла** – затрудняется в придумывании своих движений для передачи характера музыки, игрового образа, но прослеживается стремление к этому; исполняет знакомые движения под новую музыку.

**1-0 баллов** – отказывается  придумывать свои движения для передачи характера музыки, игрового образа, копирует движения других детей и взрослого, не может исполнять знакомые движения под новую музыку самостоятельно.

**Критерий 4 Способность не отвлекаться от музыки в процессе движения. Способность запоминать музыку и движения.**

**5 баллов** – правильно выполняет танцевальную композицию от начала до конца самостоятельно, запоминает танцевальные движения, комплекс упражнений с 3-5 исполнений по показу педагога.

**4-2 балла** – выполняет танцевальную композицию с некоторыми подсказками, запоминает танцевальные движения, комплекс упражнений с 6-8 исполнений по показу педагога.

**1-0 баллов** – затрудняется в выполнении танцевальной композиции из-за рассеянности внимания, неспособен запомнить последовательность движений или нуждается в большем количестве показов (более 10).

**Критерий 5 Скорость двигательной реакции на изменение музыки.**

**5 баллов** – исполнение движений полностью соответствует музыке, её темпу, ритму, динамике, форме.

**4-2** – возбудимость (ускорение движений, переход от одного движения к другому без чёткой законченности предыдущего – перескакивание, суетливость).

**1**  - заторможенность (запаздывание, задержка и медлительность в движении).

**Критерий 6 Точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе и при выполнении других видов движений.**

**5 баллов**– правильное и точное исполнение ритмических и танцевальных композиций, упражнений, правильное сочетание рук и ног при ходьбе.

**4-2 балла** – не всегда точное и правильное исполнение движений в композициях и упражнениях, некоторая раскоординированность рук и ног при ходьбе.

**1-0 баллов** – затрудняется в выполнении движений, отсутствие координации рук  ног при выполнении упражнений и танцевальных композиций.

**Критерий 7 Мягкость, плавность и музыкальность движений рук и тела при выполнении движений.**

**5 баллов** – движения очень гибкие, пластичные в течение всего выполнения задания, полностью соответствуют характеру звучащей музыки и игровому образу.

**4-2 балла** –  движения не всегда гибкие и пластичные, лишь временами соответствуют характеру музыки и образу (трудность в постоянном выполнении гибких, пластичных движений).

**1-0 баллов** – в движениях отсутствует гибкость, пластичность, нет соответствия характеру музыки и игровому образу.