

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА - ДЕТСКИЙ САД №8 «СОЛНЫШКО»
(МБДОУ «ЦРР-ДЕТСКИЙ САД №8 «СОЛНЫШКО»)**

Принята на заседании
педагогического совета МБДОУ
«ЦРР-детский сад №8 «Солнышко»
Протокол № 1 от «02» сентября 2024



УТВЕРЖДЕНО:
Заведующим МБДОУ
«ЦРР-детский сад №8 «Солнышко»
Приказ №152 от «02» сентября 2024

**Дополнительная общеразвивающая
программа художественной направленности
«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ РИТМИКА»**

Возраст обучающихся: 4 - 7 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Сергеева Ирина Ивановна, музыкальный
руководитель

г. Ханты-Мансийск, 2024

Содержание

Пояснительная записка	3
– Нормативная база	
– Актуальность программы	
– Направленность программы	
– Уровень освоения программы	
– Адресат программы	
– Цель и задачи программы	
– Условия реализации программы	
– Планируемые результаты освоения программы	
– Формы подведения итогов	
Сводный учебный план	7
Рабочая программа (1-ый год обучения)	8
Рабочая программа (2-ой год обучения)	15
Рабочая программа (3-ий год обучения)	22
Методическое обеспечение программы	29
Система контроля результативности программы	15
Материально-техническое обеспечение программы	32
Информационные источники	32
Приложение	34

Пояснительная записка

Нормативная база программы

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Танцевальная ритмика» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел VI. «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации №882, Министерства просвещения Российской Федерации №391 от 05.08.2020 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/046 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).
- Устав МБДОУ.

Актуальность программы

Проблема здоровья обучающихся – одна из важнейших в жизни современного общества. Использование в повседневной жизни разнообразных физических упражнений воспитывает у них интерес к двигательной деятельности.

Дошкольный возраст — один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

Активная двигательная деятельность положительно воздействует на здоровье и физическое развитие, обеспечивает психоэмоциональный комфорт ребенка, формирует навыки будущего поведения в обществе.

В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это танцевальная 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, входящими в гимнастический танец, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников.

Возможности применения упражнений танцевальной ритмики довольно широки и под умелым руководством педагога могут дать отличный результат. В этой связи актуальной становится проблема разработки программы использованием нетрадиционных эффективных разнообразных форм, средств и методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей. Именно это определяет актуальность и востребованность данной программы.

Направленность программы – художественная направленность. Программа направлена на всестороннее развитие личности обучающегося средствами гимнастического танца, создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроя для укрепления здоровья обучающегося.

Уровень освоения программы

Программа имеет стартовый уровень и предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Адресат программы

Программа «Танцевальная ритмика» предназначена для обучения обучающихся в возрасте от 4 до 7 лет.

Возрастные особенности детей 4-5 лет

Пятый год жизни является периодом интенсивного роста и развития организма ребёнка. Дети овладевают различными способами взаимодействия с другими людьми. Лучше ориентируются в человеческих отношениях. Имеют представления о специфике поведения в общении с другими людьми, об отдельных женских и мужских качествах. На этом этапе особое значение приобретает совместная сюжетно-ролевая игра, а так же дидактические и подвижные игры. В процессе игр у детей формируется познавательный интерес, развивается наблюдательность, умение подчиняться правилам, складываются навыки поведения, совершенствуются основные движения.

Активно развивается интеллектуальная сфера. У детей появляется умение оперировать в уме представлениями о предметах, обобщённых свойствах этих предметов,

связях и отношениях между предметами. Ведущим становится познавательный мотив, который проявляется в многочисленных вопросах (Почему?, Зачем? Для чего?), стремление получить от взрослых новую информацию познавательного характера (возраст «почемучек»). Характерна высокая мыслительная активность и любознательность. В этом возрасте произносят все звуки родного языка. Продолжается процесс придумывания новых слов и выражений. Речь становится более связной и последовательной.

Происходят заметные изменения в физическом развитии детей. Развиваются ловкость и координация движений. Дети могут удерживать равновесии, движения становятся более совершенными.

Возрастные особенности детей 5-6 лет

В старшем дошкольном возрасте происходит интенсивное развитие интеллектуальной, нравственно-волевой и эмоциональной сфер личности. Дети шестого года жизни стремятся познать себя и других людей, начинают создавать связи в поведении и взаимоотношениях людей. Понимают разный характер отношений, выбирают собственную линию поведения. Происходят изменения в представлениях о себе: имеют дифференцированное представление о своей гендерной принадлежности, в соответствии с этим оценивают свои поступки.

Развитие личности характеризуется появлением новых качеств и потребностей; расширяются знания о предметах и явлениях. Формируется способность к практическому и умственному экспериментированию, обобщению и установлению причинно-следственных связей. Возрастает способность ориентироваться в пространстве (отсутствует точная ориентация во времена года, днях недели). Совершенствуется грамматический строй речи.

Растущие возможности детей обуславливают увеличение физиологической нагрузки на организм в процессе различных форм работы. Увеличиваются объём и интенсивность общеразвивающих упражнений. Активно формируется осанка детей, развивается выносливость и силовые качества. Дети способны выполнять соответствующие возрасту гигиенические процедуры, имеют навыки опрятности, представления о здоровом образе жизни.

Возрастные особенности детей 6-7 лет

Ребёнок полностью осознаёт себя как самостоятельную личность, что проявляется в свободном диалоге со сверстниками; умеют отстаивать свою позицию в совместной деятельности. Могут совершать нравственный выбор в реальных жизненных ситуациях. Осознанно выполняют правила поведения соответствующие гендерной роли, владеют различными видами деятельности характерными для людей разного пола.

Происходит расширение представлений о признаках предметов. Дети целенаправленно, последовательно обследуют внешние особенности предметов. Для речевого развития детей седьмого года жизни характерен богатый словарь, который продолжает развиваться за счёт пассивной лексики. Дети точно используют слова для передачи своих мыслей, впечатлений, при описании предметов, пересказе. Речь становится подлинным средством общения.

В этом возрасте у детей значительно быстрее происходит формирование двигательных навыков. Совершенствуются ходьба и бег. Дети овладевают прыжками на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места. У детей расширяется представление о самом себе, своих физических возможностях. Дошкольники в полной мере владеют навыками личной гигиены.

Цель и задачи программы

Цель: содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами гимнастического танца, создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроя для укрепления здоровья ребенка.

Задачи:

- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движении;
- совершенствовать психомоторные способности дошкольников;
- развивать творческие и созидательные способности детей.
- развивать двигательные качества и умения: ловкости, точности, координации движений; гибкости и пластичности; правильной осанки, красивой походки; выносливости, развитие силы;
- обогащать двигательный опыт разнообразными видами движения.

Условия реализации программы

- Срок реализации программы - 3 года:
 - ✓ Первый год обучения – с 4 до 5 лет
 - ✓ Второй год обучения – с 5 до 6 лет
 - ✓ Третий год обучения – с 6 до 7 лет.
- Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю, 8 занятий в месяц, 54 занятия в год (7 месяцев, октябрь-апрель).
- Программа рассчитана на работу с детьми в количестве - 10-15 человек.
- Форма занятия – групповая.
- Продолжительность занятий:
 - ✓ дети 4-5 лет не более 20 минут;
 - ✓ дети 5-6 лет не более 25 минут;
 - ✓ дети 6-7 лет не более 30 минут.
- Форма обучения – очная.
- Дети зачисляются в группу на основании заявления родителей (законных представителей). В группу можно зачислить новых детей в течение учебного года.
- Кадровое обеспечение: музыкальный руководитель, образование - средне-специальное педагогическое.

Планируемые результаты освоения программы

В старшем дошкольном возрасте значительно усложняются динамические упражнения, возрастает роль статических упражнений, увеличиваются требования к сохранению равновесия. Дети должны научиться способам самостраховки. Более точными и техничными становятся движения отдельных частей тела, значительно увеличивается амплитуда движения в упражнениях для ног, для туловища. У детей 5-7 лет отмечаются высокие темпы прироста показателей, характеризующей время двигательной реакции, быстроту и скорость однократных движений и частоту повторяющихся.

Личностные результаты:

Базисные качества личности	Показатели
Социальная компетентность	- понимание характера отношений к нему окружающих и своего отношения к ним, выбор соответствующей линии поведения; - умение замечать изменения настроения других, учитывать их желание и потребности.
Коммуникативная компетентность	- способность к установлению устойчивых контактов со сверстниками; - умение вести свободный диалог со сверстниками и взрослыми, выражать свои чувства и намерения с помощью движения; - проявление чувства собственного достоинства; - умение отстаивать свою позицию.
Эмоциональность	- наличие разнообразия и глубины переживаний, разнообразие их проявлений, одновременно – сдержанность эмоций; - эмоциональное предвосхищение; - действенный характер эмпатии.
Креативность	- способность к оригинальности, вариативности, гибкости; - готовность к спонтанным решениям.
Инициативность	- активность во всех видах деятельности; - любознательность.
Самостоятельность и ответственность	- способность без помощи взрослого решать все возникающие проблемы; - умение брать на себя ответственность и готовность исправить допущенную ошибку.
Свобода поведения	- состояние внутренней раскованности, открытости в общении; - искренность в выражении чувств, правдивость; - проявление разумной осторожности, предусмотрительности; - следование выработанным правилам поведения.
Самооценка	- адекватная оценка результатов своей деятельности по сравнению с другими детьми; - наличие представлений о себе и своих возможностях.

Метапредметные результаты:

Качества	Критерии отслеживания формируемых качеств
Интеллектуальная компетентность	- способность передавать в пластике характер музыки, игровой образ\ - умение выполнять упражнения с предметами и без предметов, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричны). - умение выполнять упражнения одновременно со всеми, в соответствии с ритмом и темпом музыки. - самостоятельно находить свое место в зале, перестраиваться в круг, в пары и т.д. -самостоятельно исполнять знакомые композиции
Воображение	- умение создавать новые образы, фантазировать, проявлять творчество, в передаче разных образов.

Предметные результаты:

Умения	Показатели
Изобразительно-выразительные	Знает правила безопасного поведения при выполнении упражнений с использованием спортивных снарядов, при выполнении гимнастических упражнений, при взаимодействии с другими детьми. - обладает большим объёмом разнообразных композиций и отдельных видов движений.

Технические	- умение изменять движения в соответствии с различным темпом; - создавать интересные образные этюды, точно и правильно выполнять упражнения, состоящие из разнонаправленных движений рук и ног, сложные циклические виды движений; - самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций; - выразительно исполнять движения под музыку; - находить свои оригинальные движения для характера музыки; - самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки; - умение выполнять изучаемые в течении года ритмические композиции, спортивные танцы;
Имеет представление	Об аэробике как виде спортивных танцев

Формы подведения итогов реализации программы

По итогам аттестации и завершения программы выдача документов об обучении не предусмотрена.

Предусмотрено изучение уровней достижений освоение программы в начале и в конце учебного года. Анализ полученных результатов позволяет выявить:

- особенности освоения программы каждым ребенком;
- заранее спрогнозировать появление трудностей в обучении, своевременно перейти к их устранению;
- оценить достигнутый уровень развития восприятия на основе сопоставительного анализа полученных данных;
- наметить необходимые способы оказания помощи детям.

Дети, посещающие группу «Танцевальная ритмика» участвуют в мероприятиях различного уровня, творческих конкурсах. Для родителей (законных представителей) представляется фото и видео практических занятий.

Сводный учебный план

№ п/п	Наименование программы/дисциплины	Год обучения			Всего часов (акад.)
		1-й	2-й	3-й	
1.	Танцевальная ритмика	54	54	54	162

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА - ДЕТСКИЙ САД №8 «СОЛНЫШКО»
(МБДОУ «ЦРР-ДЕТСКИЙ САД №8 «СОЛНЫШКО»)**

Принята на заседании
педагогического совета МБДОУ
«ЦРР-детский сад №8 «Солнышко»
Протокол № 1 от «02» сентября 2024

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующим МБДОУ
«ЦРР-детский сад №8 «Солнышко»
Приказ №152 от «02» сентября 2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по дополнительной общеразвивающей
программе художественной направленности
«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ РИТМИКА»**

Первый год обучения
Возраст обучающихся: 4 - 5 лет

Автор-составитель:
Сергеева И.И,
музыкальный руководитель

г. Ханты-Мансийск, 2024

Учебный план

Цель: Научить формировать навыки выразительности и пластичности танцевальных движений через хореографические упражнения.

Задачи:

- 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.
- Познакомить с основами игрового стретчинга.
- Развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор.
- Развивать репродуктивное и продуктивное воображения, фантазии, творческие способности.
- Развивать ручную умелость и мелкую моторику.
- Воспитать трудолюбие и прилежность.
- Воспитать вежливость и аккуратность.
- Воспитать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движении.
- Воспитать вежливость и дисциплинированность.

№ раздела	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение в курс (вводное занятие)	1	0,5	0,5	Беседа, устный опрос
2	«Игроритмика»	8	1	7	Наблюдение, практическое задание
3	«Игрогимнастика»	10	1	9	Практическое задание
4	Основы образно-игровой партерной гимнастики	15	2	13	Наблюдение, практическое задание
5	«Игротанцы»	6	2	4	Наблюдение, практическое задание
6	«Игропластика»	8	1	7	Практическое задание
7	«Пальчиковая гимнастика»	5	0	5	Наблюдение, практическое задание
8	Итоговое занятие	1	0	1	Практическое задание
	Итого:	54	7,5	46,5	

Содержание программы

	октябрь
<i>Темы занятий</i>	<i>Содержание занятий, задачи</i>
1 неделя	Ознакомить детей с работой секции. Инструктаж с детьми о правилах безопасности на занятиях по спортивной гимнастике. Диагностика физической подготовленности детей
2 неделя занятия 1-2 «Веселые путешественники»	Задачи: 1. Обучать подготовительным упражнениям к группировке. 2. Познакомить с группировкой сидя, лежа на спине, в приседе. 3. Ознакомить детей с перекатами. 4. Танец «Озорная полька»

3 неделя Занятие 3-4 «Мир игрушек»	Задачи: 1. Выполнять упражнения, подводящие к изучению кувырка вперед и назад. 2. Выполнять упражнения, подводящие к изучению стойки на лопатках 3. Развивать гибкость. 4. Игра «Мяч сквозь обруч».
4 неделя Занятие 5-6 «Гимнастическая скамейка»	Задачи: 1. Упражнять в ползании по наклонной доске. 2. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке без помощи ног. 3. Развивать силовые способности. 4. Игра «Что изменилось?»

	Ноябрь
<i>№</i>	<i>Содержание занятий, задачи</i>
1 неделя Занятие 7-8 «В гостях у осени»	Задачи: 1. Разучить гимнастические упражнения на полу 2. Способствовать развитию чувства ритма, пластики движений; 3. Развивать скоростные качества. 4. Танец «Осенний мотив».
2 неделя Занятие 9-10 «Рисунок танца»	Задачи: 1. Разучить упражнение «Ласточка». 2. Ознакомить с упражнением «кувырок вперед» 3. Обучать принятию положения «группировка» и перекатам в группировке. 4. Игра «Лови и бросай - упасть не давай». 5. Танец «Вейся капуста»
3 неделя Занятие 11-12 «Кувырок вперед»	Задачи: 1. Повторить упражнение «Ласточка». 2. Разучить упражнение «Коробочка». 3. Обучать выполнению упражнения «Кувырок вперед» (со страховкой) 4. Игра «Удочка»
4 неделя Занятие 13-14 «Танцевальные шаги с подскоком»	Задачи: 1. Разучить упражнения: «Рыбка», «Лягушка». 2. Совершенствовать упражнение «Коробочка» из положения, лежа на животе, с последующим перекатом. 3. Совершенствовать кувырок вперед (самостоятельное выполнение) 4. Танец «Озорная полька»

	Декабрь
<i>Тема</i>	<i>Содержание занятий, задачи</i>
Занятие 15-16 «Звонкие ладошки»	Задачи: 1. Разучить полушпагаты. 2. Повторить упражнения: «Рыбка», «Лягушка». 3. Совершенствовать кувырок вперед (из упора присев в упор присев). 4. Танец с хлопками 5. Игра «Быстрый мячик».
2 неделя Занятие 17-18 «Мир волшебных движений»	Задачи: 1. Разучить упражнение «Корзиночка», упражнение «Мостик» из положения, лежа на животе. 2. Повторить полушпагаты. 3. Совершенствовать кувырок вперед (несколько кувырков подряд). 4. Игра «Кто ловчее?».

3 неделя Занятие 19-20 «Волшебные фигуры»	Задачи: 1. Обучить упражнению «Стойка на лопатках». 2. Повторить упражнение «Корзиночка» 3. Разучить упражнение Складка». 4. Игра «Бубен»
4 неделя Занятие 21-22 «Королевство гимнастики»	Задачи: 1. Повторить упражнения: «Ласточка», «Коробочка», «Рыбка». 2. Обучить выполнению упражнения «Стойка на лопатках» перекатом из упора присев в упор присев. 3. Разучить переход из положения «Мостик», в положение «Упор присев». 4. Танец с обручами.

Январь	
<i>№</i>	<i>Содержание занятий, задачи</i>
1 неделя Занятие 23-24 «Комбинации танца»	Задачи: 1. Повторить упражнения: «Лягушка», «Полушпагаты». 2. Разучить переход из положения «Упор присев» переходом в стойку на лопатках и переходом в полушпагат через плечо. 3. Обучить упражнению «Стойка на голове». 4. Танец с лентами, танец гномов. 5. Релаксация «Спящий котенок».
2 неделя Занятие 25-26 Акробатические упражнения	Задачи: 1. Учить выполнению упражнения «Шпагаты». 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на голове» (со страховкой). 3. Совершенствовать упражнение «Кувырок вперед» (несколько кувырков подряд) 4. Игра «Сороконожка на лыжах».
3 неделя Занятие 27-28 «Танцевальная азбука»	Задачи: 1. Совершенствовать упражнение «Стойка на лопатках» (из упора присев в упор присев). 2. Разучить комбинацию из акробатических упражнений («ласточка», два 3. кувырка вперед, из упора присев стойка на лопатках, переход в полушпагат через плечо). 3. Ритмический танец. 4. Игра «Прыгать много и легко, прыгать очень далеко».
4 неделя Занятие 29-30 «Танцевальная азбука»	Задачи: 1. Разучить упражнение «Крокодильчики». 2. Совершенствовать упражнение «Мостик», из положения «стоя» в положение «стоя» (со страховкой). 3. Обучить выполнению упражнения «Колесо» 4. Танец «Веселые лягушата», «Танец гномов»

Февраль	
<i>№</i>	<i>Содержание занятий, задачи</i>
1 неделя Занятие 31-32 «Разноцветные ленты»	Задачи: 1. Совершенствовать упражнение «Мостик», из положения «стоя» в положение «стоя» (самостоятельно). 2. Обучить упражнению «Стойка на руках». 3. Совершенствовать упражнение «Кувырок назад» через плечо. 4. Танец с лентами 4. Игра «Лягушки и цапли».

2 неделя Занятие 33-34 «Танцуем и играем»	Задачи: 1. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» (со страховкой). 2. Повторить комбинацию из акробатических элементов («ласточка»; два кувырка вперед, из упора присев стойка на лопатках; переход в полушпагат через плечо; «коробочка», поворот на спину; «мостик», с переходом на спину и в упор присев; кувырок назад через плечо). 3. Релаксация «Облака»
3 неделя Занятие 35-36 «Танцевальный калейдоскоп»	Задачи: 1. Повторить упражнения: «Полушпагаты», «Шпагаты». 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» (со страховкой). 3. Ознакомить с упражнением «Переворот вперед». 4. Танец «Разноцветная игра» 5. Игра «Перелет птиц».
Неделя Занятие 37-38 «Гимнастические упражнения»	Задачи: 1. Повторить упражнение «Рыбка» с перекатом в упражнение «Лодочка». 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с опорой у стены (самостоятельно). 3. Обучить упражнению «Переворот боком» с согнутыми ногами. 4. Игра «Кто скорей ударит в бубен»

	Март
№	Содержание занятий, задачи
1 неделя Занятие 39-40 «Наша Армия»	Задачи: 1. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с поворотом на 180 градусов (со страховкой). 2. Совершенствовать упражнение «Переворот вперед» (со страховкой). 3. Танец «Погоня» 3. Игра «Веселый бубен».
2 неделя занятие 41-42 «Шагаем как солдаты»	Задачи: 1. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» (самостоятельно). 2. Обучить упражнению «Переворот боком» с прямыми ногами. 3. Развивать координацию. 4. Музыкально ритмическая композиция «Моя Армия», «Погоня». 5. Игра «Пятнашки».
3 неделя Занятие 43-44 «Мы-силачи»	Задачи: 1. Обучить упражнению «Стойка на руках» с переходом в упражнение «Мостик». 2. Совершенствовать упражнение «Мостик», «колечко», «шпагат», «корзинка». 3. Развивать силовые способности. 4. Игровой танец «Юные гимнасты»
4 неделя Занятие 45-46 «Танцуем и играем»	Задачи: 1. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с переходом в упражнение «Мостик» (со страховкой). 2. Совершенствовать упражнение «Корзинка» 3. Развивать координацию и ловкость; 4. Игра «Найди себе пару»

	Апрель
№	Содержание занятий, задачи

1 неделя Занятие 47-48 «Веселый обруч»	Задачи: 1. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с переходом в упражнение «Мостик» (самостоятельно). 2. Совершенствовать упражнения с обручем 3. Способствовать развитию выносливости 4. Спортивный танец с обручами
2 неделя Занятие 49-50 «Ориентировка в пространстве»	Задачи: 1. Ознакомить с элементами вольных упражнений 2. Обучать комбинации: кувырок вперед, стойка на лопатках, стойка на руках с переходом в кувырок вперед 3. Развивать координацию. 4. Игра «Чей кружок быстрее соберется»
3 неделя Занятие 51-52 «Элементы народного танца»	Задачи: 1. Повторить комбинацию: кувырок вперед, стойка на лопатках, стойка на руках с переходом в кувырок вперед 2. Совершенствовать группировку и перекаты в группировке. 3. Развивать равновесие и выносливость. 4. Танец «Каблучки», «Озорная полька» 5. Игра «Удочка».
4 неделя Занятие 53-54 «Змейка с воротцами»	Задачи: 1. Совершенствовать комбинацию вольных упражнений: кувырок вперед, стойка на лопатках, стойка на руках с переходом в кувырок вперед. 2. Повторить полушпагаты. 3. Развивать гибкость. 4 Спортивный танец с лентами, мячами.

Основные виды танцевально-ритмических движений

Ходьба	Ходьба на носках. Ходьба на полупальцах. Ходьба на каждый счет. Ходьба через счет. Упражнение на различные группы мышц. Тематическое, практическое занятие. Уметь ходить с носка, на полупальцах, на каждый счет, через счет.
Игрогимнастика	Строевые упражнения. Повороты направо и налево. Упражнения с предметами и без предметов. Дыхательные упражнения. Тематическое, практическое занятие. Уметь четко выполнять упражнения с предметами и без.
Основы танцевальной гимнастики	Складка. Стрелка. Березка. Кошка. Коробочка, лягушка. Упражнения для пресса, мост. Переворот вперед. Корзинка
Игротанцы	Хореографические упражнения. Танцевальные позиции. Прыжки. Танцевальные шаги. Подскоки. Бег. Уметь правильно выполнять прыжки, подскоки, бег, танцевальные шаги, хореографические упражнения Музыкально-ритмические игры. Игровой стретчинг. Упражнения на гибкость и силу. Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях, со стихами и речитативами.

Ожидаемые результаты

	1 год обучения
<i>К концу года ребенок</i>	<i>Базовый компонент</i>
знает	-Правила безопасного поведения при выполнении упражнений. -Большой объем разнообразных композиций и отдельных видов движений.

Умеет	-Точно и правильно выполнять упражнения, состоящие из разнонаправленных движений для рук и ног, сложные циклические виды движений. -Самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций. -Выразительно исполнять движения под музыку. -Находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки.
Имеет представление	-о современных видах физкультуры и спорта; -о способах охраны органов и систем организма.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА - ДЕТСКИЙ САД №8 «СОЛНЫШКО»
(МБДОУ «ЦРР-ДЕТСКИЙ САД №8 «СОЛНЫШКО»)**

Принята на заседании
педагогического совета МБДОУ
«ЦРР-детский сад №8 «Солнышко»
Протокол № 1 от «02» сентября 2024

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующим МБДОУ
«ЦРР-детский сад №8 «Солнышко»
Приказ №152 от «02» сентября 2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по дополнительной общеразвивающей
программе художественной направленности
«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ РИТМИКА»**

Второй год обучения
Возраст обучающихся: 5 - 6 лет

Автор-составитель:
Сергеева И.И,
музыкальный руководитель

Цель: Научить владению своим телом и техникой исполняемых танцевальных элементов.

Задачи:

- Совершенствовать умения и навыки игрового стретчинга.
- Развитие творческих и созидательных способностей.
- Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности.
- Воспитать вежливость и дисциплинированность.

Учебный план

№ раздела	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение в курс (вводное занятие)	1	1	0	Беседа, устный опрос
2	«Игроритмика»	9	1	8	Наблюдение, практическое задание
3	«Игрогимнастика»	9	1	8	Практическое задание
4	«Игры-путешествия»	6	1	5	Наблюдение, практическое задание
5	«Креативная гимнастика»	8	1	7	Наблюдение, практическое задание
6	«Игропластика»	9	1	8	Практическое задание
7	«Пальчиковая гимнастика»	2	0	2	Наблюдение, практическое задание
8	«Игровой самомассаж»	9	1	8	Наблюдение, практическое задание
9	Итоговое занятие	1	0	1	Практическое задание
	Итого:	54	7	47	

Содержание программы

Второй год обучения

Темы занятий	Содержание занятий
	Октябрь
1 неделя Занятие 1-2	Ознакомить детей с работой секции. Инструктаж с детьми о правилах безопасности на занятиях по спортивной гимнастике. Диагностика физической подготовленности детей
2 неделя Занятие 3-4 «Будем с танцами дружить»	Познакомить детей с танцевальными позициями рук и ног, первоначальным навыкам координации движений, правильной осанке при исполнении движений. Обучать подготовительным упражнениям к группировке; Познакомить с группировкой сидя, лежа на спине, в приседе; Ознакомить детей с перекатами; Танец «Топ, по паркету»
3 неделя Занятие 5-6 «В ритме танца»	1. Развивать чувство ритма и координацию движений. Формировать культуру движения, выразительность. 2. Выполнять упражнения, подводящие к изучению кувырка вперед и назад. 3. Выполнять упражнения, подводящие к изучению стойки на лопатках 4. Развивать гибкость; 5. Танец «Осенний листопад» 6. Игра «Чей кружок быстрее соберется».

4 неделя Занятие 7-8 «Здравствуй, сказка»	1. Перестраиваться из одного рисунка в другой. Развивать первоначальные навыки координации движений. 2. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке без помощи ног; 3. Развивать силовые способности; 4. Танец «Дружные пары» 5. Игра «Что изменилось?»
	Ноябрь
1 неделя Занятие 9-10 «Осенняя фантазия»	1. Продолжать развивать исполнительское умение в танцах, чувство ритма. 2. Разучить гимнастические упражнения на полу 3. Способствовать развитию чувства ритма, пластики движений; 4. Развивать скоростные качества. 5. Танец «Осенний мотив».
2 неделя Занятие 11-12 «На птичьем дворе»	Укреплять мышцы спины, развивать синхронность движений. 1. Разучить упражнение «Ласточка». 2. Ознакомить с упражнением «кувырок вперед» 3. Обучать принятию положения «группировка» и перекатам в группировке. 4. Игра «Бубен». 5. Танец «Дружные пары»
3 неделя Занятие 13-14 «Дружные пары»	Укреплять мышцы спины, развивать синхронность движений. 1. Разучить упражнение «Ласточка». 2. Ознакомить с упражнением «кувырок вперед» 3. Обучать принятию положения «группировка» и перекатам в группировке. 4. Игра «Бубен». 5. Танец «Дружные пары»
4 неделя Занятие 15-16 «Звонкие ладошки»	1. Формировать правильное выполнение танцевальных шагов, умение ориентироваться в пространстве. 2. Разучить полушпагаты. 3. Повторить упражнения: «Рыбка», «Лягушка». 4. Совершенствовать кувырок вперед (из упора присев в упор присев). 5. Танец с хлопками 6. Игра «Быстрый мячик».
	Декабрь
1 неделя Занятие 17-18 «Мир волшебных движений»	1. Разучить упражнение «Корзиночка», упражнение «Мостик» из положения, лежа на животе. 2. Повторить полушпагаты. 3. Совершенствовать кувырок вперед (несколько кувырков подряд). 4. Танец «Смени пару» 5. Игра «Кто ловчее?»
2 неделя Занятие 19-20 «Волшебные фигуры»	1. Обучить упражнению «Стойка на лопатках». 2. Повторить упражнение «Корзиночка» 3. Разучить упражнение Складка». 4. Игра «Бубен»
3 неделя Занятие 21-22 «Королевство гимнастики»	1. Развивать координацию, фантазию и воображение. 2. Повторить упражнения: «Ласточка», «Коробочка», «Рыбка». 3. Обучить выполнению упражнения «Стойка на лопатках» перекатом из упора присев в упор присев. 4. Разучить переход из положения «Мостик», в положение «Упор присев». 5. Танец с лентами.
4 неделя Занятие 23-24 «Сказочный лес»	1. Учить правильной осанке при исполнении движений. Научить детей передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз. 2. Учить выполнению упражнения «Шпагаты». 3. Совершенствовать упражнение «Стойка на голове» (со страховкой). 4. Совершенствовать упражнение «Кувырок вперед» (несколько кувырков подряд) 5. Танец «Вару-вару».

	Январь
2 неделя Занятие 25-26 «Танцевальная азбука»	1. Совершенствовать упражнение «Стойка на лопатках» (из упора присев в упор присев). 2. Разучить комбинацию из акробатических упражнений («ласточка», два 3. кувырка вперед, из упора присев стойка на лопатках, переход в полушпагат через плечо). 3. Ритмический танец. 4. Игра «Прыгать много и легко, прыгать очень далеко». 5. Танец «Непоседы»
3 неделя Занятие 27-28 «Улыбку подари»	1. Научить детей передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз. 2. Разучить упражнение «Крокодильчики». 3. Совершенствовать упражнение «Мостик», из положения «стоя» в положение «стоя» (со страховкой). 4. Обучить выполнению упражнения «Колесо» 5. Танец «Озорная полька», 6. «Танец скоморохов»
4 неделя Занятие 29-30 «Приглашение к танцу»	1. Обучать детей танцевальному шагу с носка. 2. Совершенствовать упражнение «Мостик», из положения «стоя» в положение «стоя» (самостоятельно). 3. Обучить упражнению «Стойка на руках». 4. Совершенствовать упражнение «Кувырок назад» через плечо. 5. Танец с лентами 6. Игра «Кто скорее».
	Февраль
1 неделя Занятие 31-32 «Танцуем и играем»	1. Знакомить детей с особенностями эстрадного танца. 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» (со страховкой). 3. Повторить комбинацию из акробатических элементов («ласточка»; два кувырка вперед, из упора присев стойка на лопатках; переход в полушпагат через плечо; «коробочка», поворот на спину; «мостик», с переходом на спину и в упор присев; кувырок назад через плечо). 4. Релаксация «Снежинки»
2 неделя Занятие 33-34 «Танцевальный калейдоскоп»	1. Развивать четкость, ритмичность, синхронность в движении. Познакомить детей с особенностями русского танца. 2. Повторить упражнения: «Полушпагаты», «Шпагаты». 3. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» (со страховкой). 4. Ознакомить с упражнением «Переворот вперед». 5. Танец «Калинка» 6. Игра «Узнай по голосу».
3 неделя Занятие 35-36 «В зоопарке»	1. Развивать координацию движений, мышцы рук и ног. 2. Повторить упражнение «Рыбка» с перекатом в упражнение «Лодочка». 3. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с опорой у стены (самостоятельно). 4. Обучить упражнению «Переворот боком» с согнутыми ногами. 5. Танец «Калинка»
4 неделя Занятие 37-38 «Прогулка в лес»	1. Воспитывать выносливость, силу 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с поворотом на 180 градусов (со страховкой). 3. Совершенствовать упражнение «Переворот вперед» (со страховкой). 4. Танец «» 5. Игра «Веселый бубен».
	Март

1 неделя Занятие 39-40 «В пещере горного короля»	1. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» (самостоятельно). 2. Обучить упражнению «Переворот боком» с прямыми ногами. 3. Развивать координацию. 4. Музыкально ритмическая композиция «Моя Армия», «Погоня». 5. Игра «Пятнашки».
2 неделя Занятие 41-42 «Мы-силачи»	1. Обучить упражнению «Стойка на руках» с переходом в упражнение «Мостик». 2. Совершенствовать упражнение «Мостик», «колечко», «шпагат», «корзинка». 3. Развивать силовые способности. 4. Игровой танец «Юные гимнасты»
3 неделя Занятие 43-44 «Танцуем и играем»	1. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с переходом в упражнение «Мостик» (со страховкой). 2. Совершенствовать упражнение «Корзинка» 3. Развивать координацию и ловкость; 4. Игра «Найди себе пару»
4 неделя Занятие 45-46 «Веселый обруч»	1. Передавать ритмический рисунок мелодии хлопками и шагами. Слышать музыкальную фразу. 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с переходом в упражнение «Мостик» (самостоятельно). 3. Совершенствовать упражнения с обручем 4. Способствовать развитию выносливости 5. Спортивный танец с обручами
Апрель	
1 неделя Занятие 47-48 «Лабиринт»	1. Ознакомить с элементами вольных упражнений 2. Обучать комбинации: кувырок вперед, стойка на лопатках, стойка на руках с переходом в кувырок вперед 3. Развивать координацию. 4. Игра «Чей кружок быстрее соберется»
2 неделя Занятие 49-50 «Элементы народного танца»	1. Повторить комбинацию: кувырок вперед, стойка на лопатках, стойка на руках с переходом в кувырок вперед 2. Совершенствовать группировку и перекаты в группировке. 3. Развивать равновесие и выносливость. 4. Танец «Каблучки», «Озорная полька» 5. Игра «Удочка».
3 неделя Занятие 51-52 «Подводное царство»	1. Совершенствовать комбинацию вольных упражнений: кувырок вперед, стойка на лопатках, стойка на руках с переходом в кувырок вперед. 2. Повторить полушпагаты. 3. Развивать гибкость. 4. Спортивный танец с лентами, мячами.
4 неделя Занятие 53-54 «В цирке»	1. Повторить стойку на руках 2. Обучить комбинации: стойка на руках с переходом в кувырок вперед, кувырок назад, стойка на лопатках, полушпагат руки в стороны. 3. Развивать координационные способности. 4. Игровое упражнение «Качалочка» 5. Танец «Веселая зарядка»

Основные виды танцевально-ритмических движений Второй год обучения

Игроритмика	Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли
--------------------	---

	такта. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Гимнастическое дирижирование — тактирование на музыкальный размер 2/4. Выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе.
Игрогимнастика	Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну по сигналу. Повороты направо, налево, по распоряжению. Строевые приемы «Становись!», «Разойдись!» в образно-двигательных действиях. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам. Размыкание по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две, три колонны по выбранным водящим. Общеразвивающие упражнения. Упражнения без предмета. Комбинированные упражнения в стойках. Присед. Различные движения ногами в упоре стоя согнувшись и упоре присев. Комбинированные упражнения в положениях сидя и лежа. Сед «по-турецки». Прыжки на двух ногах. Упражнения с предметами. Основные положения и движения в упражнениях с лентой (элементы классификационных групп).
Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Посегментное расслабление рук на различное количество счетов. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя. Потряхивание ногами в положении стоя. Свободный вис на гимнастической стенке. Дыхательные упражнения в имитационных и образных движениях. Упражнения на осанку в седе и седе «по-турецки».
Акробатические упражнения	Группировки в приседе и седе на пятках. Перекаты вправо и влево из группировки в седе на пятках с опорой на предплечья. Переход из седа в упор, стоя на коленях. Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.
Игротанцы	Хореографические упражнения. Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью. Полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре. Выставление ноги вперед и в сторону, поднимание ноги, стоя боком к опоре. Выставление ноги назад на носок и поднимание ноги, стоя лицом к опоре. Прыжки выпрямившись, опираясь на опору. Перевод рук из одной позиции в другую. Соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры. Танцевальные шаги. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Пружинные движения ногами на полуприседах, кик-движение. Шаг с подскоком. Русский попеременный шаг. Шаг с притопом. Русский шаг-припадание. Комбинации из изученных танцевальных шагов. Ритмические и спортивные танцы «Каблучки», «Макарена», «Полька», «Казачья пляска», «Танец с обручами», «Задорный перепляс», «Танец с лентами», «Погоня», «Моя Армия», «Французская полька», «Танец гномов».
Танцевально-ритмическая гимнастика	Специальные композиции и комплексы упражнений «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре тараканы сверчок», «Облака» (упражнения с ленточками), «Приходи, сказка», «Бег по кругу», «Черный кот».
Игропластика.	Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.
Игровой самомассаж	Поглаживание и растирание отдельных частей тела в образно-игровой форме.
Музыкально-подвижные игры	«Чей кружок быстрее соберется», «Гулливер и лилипуты», «Бубен», «Соберись в кружочки», «Музыкальные змейки», «Аист и лягушки». Игры на определение динамики и характера музыкального произведения, типа заданий для строевых и общеразвивающих упражнений.

Ожидаемые результаты

2 год обучения	
<i>К концу года ребенок</i>	<i>Базовый компонент</i>
знает	-Правила безопасного поведения при выполнении упражнений с использованием спортивных снарядов, при выполнении гимнастических упражнений, при взаимодействии с другими детьми. -Большой объем разнообразных композиций и отдельных видов движений.
Умеет	-Изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения; -Точно и правильно выполнять упражнения, состоящие из разнонаправленных движений для рук и ног, сложные циклические виды движений; -Самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций -Выразительно исполнять движения под музыку; -Находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки; -Самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки
Имеет представление	-о современных видах физкультуры и спорта; -о способах охраны органов и систем организма

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА - ДЕТСКИЙ САД №8 «СОЛНЫШКО»
(МБДОУ «ЦРР-ДЕТСКИЙ САД №8 «СОЛНЫШКО»)**

Принята на заседании
педагогического совета МБДОУ
«ЦРР-детский сад №8 «Солнышко»
Протокол № 1 от «02» сентября 2024

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующим МБДОУ
«ЦРР-детский сад №8 «Солнышко»
Приказ №152 от «29» сентября 2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по дополнительной общеразвивающей
программе художественной направленности
«ТАНЦЕВАЛЬНАЯ РИТМИКА»**

Третий год обучения
Возраст обучающихся: 6 - 7 лет

Автор-составитель:
Сергеева И.И,
музыкальный руководитель

г. Ханты-Мансийск, 2024

Цель: содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами гимнастического танца, создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроя для укрепления здоровья ребенка.

Задачи:

- Совершенствовать умения и навыки игрового стретчинга.
- Научить владению своим телом и техникой исполняемых танцевальных элементов.
- Развитие творческих и созидательных способностей.
- Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности.
- Развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.
- Воспитать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движении.
- Воспитать вежливость и дисциплинированность.

Учебный план

№ раздела	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение в курс (вводное занятие)	1	1	0	Беседа, устный опрос
2	«Игроритмика»	9	1	8	Наблюдение, практическое задание
3	«Игрогимнастика»	9	1	8	Практическое задание
4	«Игры-путешествия»	6	1	5	Наблюдение, практическое задание
5	«Креативная гимнастика»	8	1	7	Наблюдение, практическое задание
6	«Игропластика»	9	1	8	Практическое задание
7	«Пальчиковая гимнастика»	2	0	2	Наблюдение, практическое задание
8	«Игровой самомассаж»	9	1	8	Наблюдение, практическое задание
9	Итоговое занятие	1	0	1	Практическое задание
	Итого:	54	7	47	

Содержание программы

№ занятия	Тема занятия	Теория	Практика	Общее
1-2	Ознакомительное	0,5	1,5	2
3-4	«Веселые путешественники»	0,5	1,5	2
5-6	«Мир игрушек»	0	2	2
7-8	«Гимнастическая скамейка»	0,5	1,5	2
9-10	«В гостях у осени»	0	2	2
11-12	«Рисунок танца»	0	2	2
13-14	«Кувырок вперед»	0	2	2
15-16	«Танцевальные шаги»	0,5	1,5	2
17-18	«Звонкие ладошки»	0	2	2
19-20	«Мир волшебных движений»	0	2	2
21-22	«Волшебные фигуры»	0,5	1,5	2
23-24	«Королевство гимнастики»	0	2	2
25-26	«Комбинации танца»	0,5	1,5	2
27-28	«Акробатические упражнения»	0	2	2

29-30	«Танцевальная азбука»	0	2	2
31-32	«Танцевальная азбука»	0,5	1,5	2
33-34	«Разноцветные ленты»	0	2	2
35-36	«Танцуем и играем»	0	2	2
37-38	«Танцевальный калейдоскоп»	0	2	2
39-40	«Наша Армия»	0,5	1,5	2
41-42	«Танцевальный калейдоскоп»	0	2	2
43-44	«Солнечная капель»	0,5	1,5	2
45-46	«Лабиринт»	0	2	2
47-48	«Танцуем и играем»	0	2	2
49-50	«Веселый обруч»	0,5	1,5	2
51-52	«Ориентировка в пространстве»	0	2	2
53-54	«Элементы народного танца»	0,5	1,5	2
Итого		5,5	48,5	54

Содержание программы 3 год обучения

Темы занятий	Содержание занятий
	Октябрь
1 неделя Ознакомительное Занятие 1-2	Ознакомить детей с работой секции. Инструктаж с детьми о правилах безопасности на занятиях по спортивной гимнастике. Диагностика физической подготовленности детей
2 неделя занятие 3-4 «Веселые путешественники»	1. Развивать умение передавать ритмический рисунок хлопками и шагами. Слышать музыкальную фразу. 2. Обучать подготовительным упражнениям к группировке. 3. Познакомить с группировкой сидя, лежа на спине, в приседе. 4. Ознакомить детей с перекатами. 5. Танец «Озорная полька»
3 неделя Занятие 5-6 «Мир игрушек»	1. Совершенствовать умение передавать в движении легкий танцевальный характер музыки, улучшать качество движений. 2. Выполнять упражнения, подводящие к изучению кувырка вперед и назад. 3. Выполнять упражнения, подводящие к изучению стойки на лопатках 4. Развивать гибкость; 5. Танец «Осенняя фантазия» 6. Игра «Кто скорее».
4 неделя Занятие 7-8 «Гимнастическая скамейка»	1. Упражнять в ползании по наклонной доске. 2. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке без помощи ног; 3. Развивать силовые способности; 4. Игра «Что изменилось?»
	Ноябрь
1 неделя Занятие 9-10 «В гостях у осени»	1. Разучить гимнастические упражнения на полу 2. Способствовать развитию чувства ритма, пластики движений. 3. Развивать скоростные качества. 4. Танец «Парная полька».
2 неделя Занятие 11-12 «Рисунок танца»	1. Упражнять в легком беге, развивать внимание, сосредоточенность. 2. Разучить упражнение «Ласточка». 3. Ознакомить с упражнением «кувырок вперед» 4. Обучать принятию положения «группировка» и перекатам в группировке. 5. Игра «Лови и бросай - упасть не давай». 6. Танец «Осенняя фантазия»

3 неделя Занятие 13-14 «Кувырок вперед»	1. Развивать внимание, ритмичность. 2. Повторить упражнение «Ласточка». 3. Разучить упражнение «Коробочка». 4. Обучать выполнению упражнения «Кувырок вперед» (со страховкой) 5. Игра «Гори Ясно»
4 неделя Занятие 15-16 «Танцевальные шаги с подскоком»	1. Развивать умение передавать в движении четкий ритм музыки. Приучать энергично отталкиваться от пола и правильно приземляться во время прыжков. 2. Развивать умение передавать в движении четкий 3. Разучить упражнения: «Рыбка», «Лягушка». 4. Совершенствовать упражнение «Коробочка» из положения, лежа на животе, с последующим перекатом. 5. Совершенствовать кувырок вперед (самостоятельное выполнение) 6. Танец «Озорная полька»
Декабрь	
Занятие 17-18 «Звонкие ладошки»	1. Разучить полушпагаты. 2. Повторить упражнения: «Рыбка», «Лягушка». 3. Совершенствовать кувырок вперед (из упора присев в упор присев). 4. Танец с хлопками. 5. Игра «Быстрый мячик».
2 неделя Занятие 19-20 «Мир волшебных движений»	1. Улучшать качество исполнения танцевальных движений, выразительно передавать содержание танца. 2. Разучить упражнение «Корзиночка», упражнение «Мостик» из положения, лежа на животе. 3. Повторить полушпагаты. 4. Совершенствовать кувырок вперед (несколько кувырков подряд). 5. Озорная полька 6. Игра «Кто ловчее?».
3 неделя Занятие 21-22 «Волшебные фигуры»	1. Двигаться легко, непринужденно, в соответствии с характером музыки. 2. Обучить упражнению «Стойка на лопатках». 3. Повторить упражнение «Корзиночка» 4. Разучить упражнение Складка». 5. Танец «Веселая зарядка» 6. Игра «Бубен»
4 неделя Занятие 23-24 «Королевство гимнастики»	1. Повторить упражнения: «Ласточка», «Коробочка», «Рыбка». 2. Обучить выполнению упражнения «Стойка на лопатках» перекатом из упора присев в упор присев. 3. Разучить переход из положения «Мостик», в положение «Упор присев». 4. Танец с обручами.
Январь	
2 неделя Занятие 25-26 «Комбинации танца»	1. Передавать в движении ритмический рисунок мелодии. 2. Повторить упражнения: «Лягушка», «Полушпагаты». 3. Разучить переход из положения «Упор присев» переходом в стойку на лопатках и переходом в полушпагат через плечо. 4. Танец с лентами, танец гномов. 5. Релаксация «Спящий котенок».
3 неделя Занятие 27-28 Акробатические упражнения	1. Учить выполнению упражнения «Шпагаты». 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на голове» (со страховкой). 3. Совершенствовать упражнение «Кувырок вперед» (несколько кувырков подряд) 4. Игра «Сороконожка на лыжах».

4 неделя Занятие 29-30 «Танцевальная азбука»	1. Свободно ориентироваться в пространстве, совершенствовать танцевальные движения. 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на лопатках» (из упора присев в упор присев). 3. Разучить комбинацию из акробатических упражнений («ласточка», два 3. кувырка вперед, из упора присев стойка на лопатках, переход в полушпагат через плечо). 4. Ритмический танец. 5. Игра «Прыгать много и легко, прыгать очень далеко».
	Февраль
1 неделя Занятие 31-32 «Разноцветные ленты»	1. Совершенствовать упражнение «Мостик», из положения «стоя» в положение «стоя» (самостоятельно). 2. Обучить упражнению «Стойка на руках». 3. Совершенствовать упражнение «Кувырок назад» через плечо. 4. Танец с лентами 5. Игра «Лягушки и цапли».
2 неделя Занятие 33-34 «Танцуем и играем»	1. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» (со страховкой). 2. Повторить комбинацию из акробатических элементов («ласточка»; два кувырка вперед, из упора присев стойка на лопатках; переход в полушпагат через плечо; «коробочка», поворот на спину; «мостик», с переходом на спину и в упор присев; кувырок назад через плечо). 3. Релаксация «Облака»
3 неделя Занятие 35-36 «Танцевальный калейдоскоп»	1. Выразительно передавать образ моряков, проявляя творчество. 2. Повторить упражнения: «Полушпагаты», «Шпагаты». 3. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» (со страховкой). 4. Ознакомить с упражнением «Переворот вперед». 5. Танец «На палубе корабля» 6. Игра «Перелет птиц».
4 неделя Занятие 37-38 «Наша Армия»	1. Передавать в движении бодрый характер музыки, свободно ориентироваться в пространстве. 2. Повторить упражнение «Рыбка» с перекатом в упражнение «Лодочка». 3. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с опорой у стены (самостоятельно). 4. Обучить упражнению «Переворот боком» с согнутыми ногами. 5. Танец «На палубе корабля» 6. Игра «Кто скорей ударит в бубен»
	Март
1 неделя Занятие 39-40 «Танцевальный калейдоскоп»	1. Работать над качеством танцевальных движений, двигаться легко, непринужденно. 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с поворотом на 180 градусов (со страховкой). 3. Совершенствовать упражнение «Переворот вперед» (со страховкой). 4. Танец «Стирка» 5. Игра «Веселый бубен».
2 неделя занятие 41-42 «Солнечная капля»	1. Закреплять умение детей передавать ритмический рисунок. Двигаться легко, свободно, выразительно. 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» (самостоятельно). 3. Обучить упражнению «Переворот боком» с прямыми ногами. 4. Развивать координацию. 5. Музыкально ритмическая композиция «Моя самая крутая», «Стирка». 6. Игра «Ищи».

3 неделя Занятие 43-44 «Лабиринт»	1. Воспринимать и передавать в движении строение музыкального произведения. 2. Обучить упражнению «Стойка на руках» с переходом в упражнение «Мостик». 3. Совершенствовать упражнение «Мостик», «колечко», «шпагат», «корзинка». 4. Развивать силовые способности. 5. Игровой танец «Юные гимнасты»
4 неделя Занятие 45-46 «Танцуем и играем»	1. Закреплять у детей умение согласовывать свои действия со строением музыкального произведения, улучшать качество прыжка и стремительного бега. 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с переходом в упражнение «Мостик» (со страховкой). 3. Совершенствовать упражнение «Корзинка» 4. Развивать координацию и ловкость; 5. Танец «Юные гимнасты» 6. Игра «Найди себе пару»
Апрель	
1 неделя Занятие 47-48 «Веселый обруч»	1. Улучшать ритмичность, точность движений пружинящего бега и легкого прыжка. 2. Совершенствовать упражнение «Стойка на руках» с переходом в упражнение «Мостик» (самостоятельно). 3. Совершенствовать упражнения с обручем 4. Способствовать развитию выносливости 5. Спортивный танец с обручами
2 неделя Занятие 49-50 «Ориентировка в пространстве»	1. Ознакомить с элементами вольных упражнений 2. Обучать комбинации: кувырок вперед, стойка на лопатках, стойка на руках с переходом в кувырок вперед 3. Развивать координацию. 4. Игра «Чей кружок быстрее соберется»
3 неделя Занятие 51-52 «Элементы народного танца»	1. Передавать в движении ритмический рисунок мелодии. Двигаться легко, выразительно, в соответствии с задорным характером народного танца. Закреплять элементы русской пляски. 2. Повторить комбинацию: кувырок вперед, стойка на лопатках, стойка на руках с переходом в кувырок вперед 3. Совершенствовать группировку и перекаты в группировке. 4. Развивать равновесие и выносливость. 5. Танец «Каблучки», «Озорные ложки» 6. Игра «Гори ясно».
4 неделя Занятие 53-54 «Змейка с воротцами»	1. Передавать в движении плавный, спокойный характер музыки, быстро реагировать на темповые изменения. Двигаться змейкой, придумывая свой узор. 2. Совершенствовать комбинацию вольных упражнений: кувырок вперед, стойка на лопатках, стойка на руках с переходом в кувырок вперед. 3. Повторить полушпагаты. 4. Развивать гибкость. 5. Спортивный танец с лентами, мячами.

Основные виды танцевально-ритмических движений Третий год обучения

Игроритмика	Ходьба с носка. Ходьба на полупальцах. Ходьба на каждый счет. Ходьба через счет. Упражнение на различные группы мышц. Уметь ходить с носка, на полупальцах, на каждый счет, через счет.
Игрогимнастика.	Строевые упражнения Построение в шеренгу и колонну по сигналу.

	Повороты направо, налево. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две Упражнения без предмета Различные движения ногами в упоре стоя, согнувшись и упоре присев Прыжки на двух ногах Упражнения с предметами Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Свободное раскачивание руками при поворотах туловища Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя Потряхивание ногами в положении стоя. Дыхательные упражнения в имитационных и образных движениях Группировки в приседе на пятках Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях
«Игры-путешествия»	«Искатели клада», «Путешествие на Северный полюс», «Приходи, сказка», «Путешествие в Спортландию», «Пограничники», «Цветик-семицветик», «Клуб веселых человечков», «Маугли».
«Креативная гимнастика»	Применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Музыкально-творческие игры «Бег по кругу». Музыкально-ритмические игры.
Игропластика	Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений. Уметь выполнять элементы и упражнения на гибкость и силу. Пальчиковая гимнастика. Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях, со стихами и речитативами Знать стихотворения и применять нужные упражнения к ним.
«Игровой самомассаж»	Упражнения, посредством стихотворений.

Ожидаемые результаты

3 год обучения	
<i>К концу года ребенок</i>	<i>Базовый компонент</i>
знает	-Правила безопасного поведения при выполнении упражнений с использованием спортивных снарядов, при выполнении гимнастических упражнений, при взаимодействии с другими детьми. -Большой объём разнообразных композиций и отдельных видов движений.
Умеет	-Изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения -Точно и правильно выполнять упражнения, состоящие из разнонаправленных движений для рук и ног, сложные циклические виды движений -Самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций -Выразительно исполнять движения под музыку -Находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки -Самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки
Имеет представление	-о современных видах физкультуры и спорта -о способах охраны органов и систем организма

Методическое обеспечение программы

В основу содержания программы положены ведущие дидактические принципы, актуальные для современного дошкольного образования:

- *Принцип доступности и индивидуализации* предусматривает учет возрастных особенностей ребенка и в связи с этим- определение посильных для него заданий.
- *Этап углубленного разучивания упражнений* характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения.
- *Этап закрепления и совершенствования* характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка.

Методы и приёмы

- *Метод показа.* Разучивание нового движения предваряется точным показом педагога, а затем вместе с детьми.
- *Словесный метод.* Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Разговорная речь, будучи тесно связанной с движением, жестом и музыкальной интонацией, оказывается тем самым мостиком, который служит соединительным звеном между движением и музыкой.
- *Игровой метод.* Является лучшим методом обучения для дошкольников. Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам и содержанию занятия.
- *Импровизационный метод.* Позволяет подводить детей к возможности свободного непринужденного движения, такого, как подсказывает музыка.

Структура занятия

Вводная часть:

- построение и приветствие детей
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

Подготовительная часть занятия:

- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки
- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

- партерная гимнастика
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.
- разучивание акробатических упражнений
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключение. Краткий анализ – оценка – занятия. Поклон-прощание.

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

Этапы реализации программы

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.

1. Начальный (подготовительный) этап

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, попробовать упражнение. Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создает

условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким, выразительным и понятным, желательно в зеркальном изображении. В гимнастическом танце показ упражнения является наиболее существенным звеном процесса обучения, особенно для дошкольников, где восприятие движений в большей степени связано со зрительным анализатором. Правильный показ создает образ-модель будущего движения, формирует представление о нем и о способе его выполнения. Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть образным и кратким, с использованием гимнастической терминологии. В дальнейшем, при проведении комплексов упражнений, краткая подсказка в виде термина сразу же воссоздает образ движения у обучаемых — они легко вспоминают отдельные элементы в общей композиции.

Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка. Воспитанник впервые выполняет упражнение на основе тех представлений, которые он получил. Важно, чтобы между ощущениями первой попытки и уже создавшимся представлением об упражнении (на основе его названия, показа и объяснения) не было больших расхождений. По первым попыткам выполнения упражнения педагог может судить, как обучаемый понял свою задачу, и в зависимости от этого планировать дальнейший путь обучения. При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (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 гимнастическом танце 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.

Осваиваются азы ритмики, игровой гимнастики, образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации, основных пространственных рисунков-фигур, мимического экзерсиса, общеукрепляющих упражнений, так необходимых на этом этапе развития ребёнка. При этом надо учитывать, что дети младшего школьного возраста быстро устают от физических нагрузок. Из-за слабости мышц спины они не способны долго удерживать корпус в подтянутом положении. Педагог должен обратить внимание на укрепление и развитие мышц. Способности у детей младшего школьного возраста быстро развиваются посредством упражнений, и этот возраст является благоприятным для занятий танцем.

Успех начального этапа обучения зависит также от умелого и своевременного предупреждения и исправления ошибок. Это дополнительные и ненужные движения, несоразмерность мышечных усилий и излишняя напряженность основных мышечных групп, значительное отклонение от направления и амплитуды движений, искажение общего ритма упражнения. Данные ошибки являются характерными на стадии формирования умения. Исправлять ошибки необходимо, начиная с более значительных. При удачном выполнении

упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

2. Развивающий этап

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 удастся обеспечить воспитанников срочной информацией о качестве его выполнения. К таким приемам в танцевально-игровой гимнастике можно отнести: выполнение упражнения перед зеркалом, использование звуковых ориентиров (хлопков, отражающих ритмическую характеристику упражнения или специально подобранной музыки, музыкальный размер которой способствует лучшему исполнению упражнения). Успех на данном этапе зависит и от активности детей. Повышению активности детей способствуют изменение условий выполнения упражнения, постановка определенных двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение. Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления — «идеомоторной тренировки». В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем и без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения, уточнению его деталей, двигательных действий. Только тогда, когда выполнение изучаемого упражнения отвечает характерным его особенностям, стилю исполнения, создает определенную школу движений, можно считать, что этап формирования основ двигательного навыка закончен. 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.

Система контроля результативности программы

Виды контроля освоение программы

<i>Вид контроля</i>	<i>Время проведения контроля</i>	<i>Цель проведения контроля</i>	<i>Формы и средства выявления результата</i>	<i>Формы фиксации и предъявления результата</i>
Первичный	В начале учебного года	Определения уровня заинтересованности по данному направлению.	Педагогические наблюдения.	Таблицы мониторинга.
Итоговый	В конце учебного года	Оценка результативности работы обучающихся.	Педагогические наблюдения.	Таблицы мониторинга

Мониторинг проводится в конце года в форме наблюдения с занесением результатов в таблицу (Приложение 1).

Для проверки уровня развития координации применяются следующие задания:

Упражнение 1. Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

Упражнение 2. Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу и наоборот.

Упражнение 3. Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла-правильное одновременное выполнение движений.

2 балла-неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл-неверное выполнение движений.

Творческие проявления- умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятии движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».

Материально-техническое обеспечение программы

Занятия по реализации программы осуществляется в музыкальном зале и отвечает всем санитарно-гигиеническим требованиям.

Санитарно-гигиенические условия:

- текущая и генеральная уборка помещения и инвентаря;
- «Дезар»;
- проветривание зала.

Помещение	Оборудование	Технические средства	Дидактический и наглядный материал
Спортивный зал	– конусы-ориентиры (5 шт.); – напольные корзины (4 шт.); – обручи (15 шт.); – платочки (15 шт); – ленточки на палочках (15 шт); – плоские кольца (15 шт); – флажки (15 пар); – погремушки (30 шт); – мячи (15 шт); – колокольчики (30 шт); – султанчики (30 шт). – Костюмы	– магнитофон; – CD-диски (музыка для ходьбы, бега, ритмической гимнастики, релаксации); – флеш-карта (презентации, видеоролики, мультфильмы); – ноутбук.	– иллюстрации; – фотографии; – схемы.

Информационные источники:

1. Алямовская, В.Г. Как воспитывать здорового ребёнка.- М.,1993.
2. Буренина, А.И. «Ритмическая мозаика» Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. СПб., 1997.
3. Бодраченко, И.В. Музыкальные игры в детском саду для детей 3- лет.-М.: Айрис – пресс, 2009. – 144с.
4. Барышникова,Т.К. Азбука хореографии.-СПб., 1996г.
5. Бекина, С.И. и др. Музыка и движение : Упражнения, игры и пляски для детей 4-5 лет._ 1983
6. Васильева, Т.К. Секрет танца.-СПд., 1997.
7. Герела Н.Ф. Дыхание, движение, Самомассаж. Методика оздоровления на основе парадоксальной дыхательной гимнастики А.Н.Стрельниковой.-Л.,1991.
8. Гимнастика. Под ред. И.М. Коряковского. Л.П.Орлова, Л.Д.Штакельбурга- 1940
9. Гимнастика: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова и др.-М.,2001
10. Дубровский, В.И. Лечебная физкультура: Учебник для вузов. – 1999
11. Казакевич, Н.В. СайкинаЕ.Г. , Фирилева Ж.Е. Ритмическая гимнастика. Методическое пособие.- СПб , 2001.
12. Казьмин, В.Д. Дыхательная гимнастика. Серия «Панацея». Ростов н\Д., 2000

13. Кольцова М.М. Рузина М.С. Ребёнок учиться говорить. Пальчиковый игротренинг. – СПб., 1998.
14. Кечетжиева, Л.Ванкова, М.Чипрянова, М. Обучение детей художественной гимнастике. – М., 1985.
15. Конорова, Е.В. Ритмика.- М., 1947.
16. Конорова, Е.В. Методическое пособие по ритмике. -М.,1972.
17. Коротков, И.М.Подвижные игры детей.-М., 1987
18. Кряж, В.Н. Гимнастика. Ритм. Пластика.- Минск, 1987
19. Михайлова, М.А. Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль 1997.
20. Нестерюк, Т.В. Гимнастика моленьких волшебников - «ДТД», 1993
21. Руднева, С., Фиш Э. Ритмика . Музыкальное движение.-М., 1972.
22. Страковская, В.Л.300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. - М.,1994.
23. Тюрин Аверкий. Самомассаж.- СПб., Москва Минск, Харьков 1997.
24. Фрмина, А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. М., 1974
25. Парциальная программа. Автор: Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально – игровая гимнастика для детей. Учебное пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб , «Детство-Пресс», 2007
26. 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, 1996.

Диагностический инструментарий

Проведение диагностики по ритмике для детей дошкольного возраста необходимо для:

- Определения начального уровня развития двигательных возможностей ребенка;
- Планирование индивидуальной работы оценки эффекта педагогического воздействия

Цель диагностики – выявление уровня танцевально-ритмического развития детей, их динамики роста.

Для проведения данной диагностики была использована методика А.И. Бурениной (Ритмическая мозаика, кандидаты педагогических наук) доцента кафедры педагогики детства.

Формы контроля

- Обследование (выявление уровня музыкально-двигательных способностей детей).
- Итоговые занятия по темам
- Наблюдения в самостоятельной деятельности детей.
- Практические задания, тесты, беседы с детьми
- Анализ практических заданий.

Основные параметры диагностики

Ритмичность и музыкальность – развитие чувства ритма, передача в движении ритма прослушанного произведения. Предлагаются ритмические задания – передать ритмический рисунок шагами, хлопками, притопами.

Гибкость и пластичность – мягкость, плавность, музыкальность движения рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие несложные гимнастические упражнения.

Эмоциональность и выразительность – умение выразительно передавать в мимике, позе, жесте разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания танцевальной композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревога и т.д.), умение выразить свои чувства в движении.

Оценивается этот показатель по внешним проявлениям.

Техника выполнения танцевальных движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений, танцевальных движений, правильное сочетание рук и ног при движении.

Показатели развития танцевальных способностей воспитанников

Параметры	Уровни усвоения программы		
	Низкий	Средний	Высокий
Ритмичность Музыкальность	- Воспитанник передает простейший ритмический рисунок. - Неточно двигается под музыку	- Воспитанник передает хлопками сложный ритмический рисунок - Умеет ритмически двигаться с различным характером музыки	- Воспитанник передает более сложный ритмический рисунок - Умеет ритмично двигаться под сложную музыку - Умеет слышать и передавать в движении ярко выраженный акцент.
Гибкость Пластичность	- Умеет выполнять наклоны с выпрямленными вперед ногами с помощью педагога.	- Умеет прогибаться вперед (сидя и стоя) - Умеет без помощи педагога поднять ногу вперед на 90* - С помощью педагога делает «мостик»	- Умеет прогибаться назад, доставая руками ноги. - Умеет наклоняться вперед (сидя, стоя) с выпрямленными ногами, доставая корпусом ноги. - Умеет поднять правую ногу на 120* (вперед, в стороны, назад).

Эмоциональность Выразительность	-Умеет по заданию изобразить то или иное настроение с помощью мимики и жеста.	- Умеет в простейших этюдах и танцах передать характер, настроение изображаемого персонажа	- Умеет на сцене выразить жестом, позой, мимикой характер, настроение, силу и остроту переживаний, воодушевляемый движением мысли и чувств.
Техника выполнения танцевальных движений	-Умеет правильно воспроизводить простейшие танцевальные движения, упражнения.	-Умеет правильно воспроизводить танцевальные движения в соответствии с музыкальным материалом. -При выполнении движений, упражнений умеет правильно сочетать движения рук и ног.	-Умеет в точности передавать в точности любые танцевальные комбинации, упражнения в соответствии с характером музыкального произведения и строгим соблюдением поз рук, ног, головы, корпуса. Импровизирует.

Мониторинг группы № _____

№ п/п	Фамилия, Имя ребёнка	Умение двигаться в соответствии и с темпом музыки, чувство ритма		Владение элементом и техники гимнастических упражнений		Гибкость, пластичность		Умение запоминать музыку и движения		Координация, точность выполнения движений, Чувство ритма.		Итоговая уровневая оценка	
		Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	н	к	н	к
1.													
2.													
Высокий уровень													
Средний уровень													
Низкий уровень													

Оценочная шкала сформированности танцевальных способностей воспитанников
(в переводе с балла на %)

Уровни	Баллы	%
Низкий	1	20
	1.1	25
	1.2	30
	1.3	35
	1.4	38
	1.5	40
	1.6	45
	1.7	50
	1.8	55
	1.9	59
Средний	2.0	60

	2.1	62
	2.2	63
	2.3	65
	2.4	70
	2.5	75
	2.6	80
Высокий	2.7	85
	2.8	90
	2.9	95
	3	100

Анализ результатов

Низкий уровень – передает ритмический рисунок с опозданием или с опережением, движения ориентированы только на счет педагога, движения не совпадают с темпом.

Средний уровень – выражает в движениях общий характер музыки, точно передает ритмический рисунок.

Высокий уровень – самостоятельно двигается под музыку, проявляет творческие способности в танце, пластично и выразительно выполняет движения, импровизирует.

Промежуточная диагностика танцевальных способностей воспитанников

Ожидаемый результат промежуточной диагностики:

- воспитанник освоил танцевальные движения,
- легко ориентируется в пространстве,
- проявляет инициативу.