

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Содержание** |  |
| 1. | ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ | 2 |
|  | Пояснительная записка | 3 |
| 1.1 | Цели и задачи | 5 |
| 1.2 | Принципы формирования Программы | 5 |
| 1.3 | Характеристика особенностей развития детей от 3 до 7 лет | 6 |
| 1.4 | Планируемые результаты освоения Программы | 7 |
| 1.4.1 | Особенности оценки основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка | 8 |
| 2. | СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | 8 |
| 2.1 | Образовательная деятельность в соответствии с направлением «Художественно- эстетическое развитие» | 8 |
| 2.2 | Формы образовательной деятельности с детьми | 10 |
| 2.3 | Способы и направления поддержки детской инициативы | 11 |
| 2.4 | Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников | 14 |
| 2.4.1 | Формы взаимодействия с семьями воспитанников | 15 |
| 3. | ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | 15 |
| 3.1 | Организация образовательного процесса и организационно- педагогические условия | 16 |
| 3.2 | Организация образовательной деятельности | 15 |
| 3.2.1 | Учебно- тематический план | 17 |
| 3.2.2 | Перспективный план  | 19 |
| 3.3 | Материально- техническое обеспечение Программы | 31 |
| 4. | ПРИЛОЖЕНИЕ | 31 |
| 4.1 | Рекомендации по описанию инструментария педагогического мониторинга | 31 |
| 4.2 | Партерная гимнастика | 35 |
| 5. | СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ | 39 |

1. **ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

 Когда слышишь музыку, так и хочется танцевать. Неважно, хорошо ты умеешь это делать или не очень,- ноги сами начинают притопывать, а руки прихлопывать. Из таких движений и родился когда – то танец. Раньше с помощью танца наши предки просили силы природы о дожде или солнце, о хорошем урожае или об исцелении от болезней. А сейчас профессиональные танцоры через движения под музыку передают свои чувства: радость, горе, счастье, печаль. Искусство танца называется хореографией.

 У каждого народа есть свои танцы. Они исполняются в национальных костюмах и называются народными. У русских это хоровод, у украинцев – гопак, у белорусов – крыжачок, у кавказцев – лезгинка. Есть танцы бальные, которые танцуют в парах: вальс, фокстрот, танго, самба, ча – ча – ча. И наконец, есть особые танцы, которые исполняются только на сцене. Например, балет – это целая история, рассказанная через танец.

 Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка. Данный курс поможет детям дошкольного возраста приобщиться к искусству танца. И пусть дальнейшая судьба не будет связана с танцем, ребенок получит неоценимые навыки: умения общаться, дружелюбия, настойчивости в достижении цели, терпения, развития координации.

 Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи, характер.

 Программа предназначена для преподавания основ хореографического искусства для детей дошкольного возраста. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, педагог – хореограф, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий. Это зависит от уровня общего и музыкального развития детей, мастерства педагога, условий работы.

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, элементов танцев разных народов мира, исполнение детских танцев и воспитание способности к танцевально – музыкальной импровизации.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение, даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями является: активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий. Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Программа разработана с учетом основной образовательной программы МБДОУ детский сад № 96. Программа рассчитана на четыре возрастные группы:

* младшая группа (от трех до четырех лет),
* средняя группа (от четырёх до пяти лет),
* старшая группа (от пяти до шести лет),
* подготовительная к школе группа (от шести до семи лет).

**Календарный план-график**

на 2020-2021 учебный год

кружок «Танцевальная азбука»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание  | Продолжительность |
| 1 | Количество возрастных групп | 2 |
| Старшая группа | Подготовительная группа |
| 2 | Начало учебного года | 1 сентября 2020г. |
| 3 | Окончание учебного года  | 31 мая 2021 г. |
| 4 | Нерабочие дни  | суббота, воскресенье и праздничные дни |
| 5 | Продолжительность учебной недели | 5 дней (понедельник-пятница)  |
| 6 | Продолжительность учебного года | 01.09.2020г.по 31.05.2021.(36 недель) |
| 7 | Недельная образовательная нагрузка  | 1 раз | 1 раз |
| 8 | Продолжительность занятий | не более 25 мин. | не более 30 мин. |
| 9 | Максимально допустимый объём образовательной нагрузки во второй половине дня  | 25 мин. | 30 мин. |
| 10 | Начало занятий во второй половине дня | 15.30 | 16.05 |

**Учебный план**

на 2020-2021 учебный год

кружок «Танцевальная азбука»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст | Количество занятий в неделю | Количество занятий в месяц | Количество занятий в год | Длительностьобразовательной деятельности | Объём образовательной нагрузки |
| Старшая группа от 5 до 6 лет | 1 | 4 | 36 | 25 мин | 15 ч |
| Подготовительная группаот 6 до 7 лет | 1 | 4 | 36 | 30мин | 18ч |

* 1. **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

**Цель программы:**

Формирование навыков выполнения танцевальных движений посредством развития интереса к танцевальному искусству, приобщения к миру танца, основанного на освоении языка выразительных движений.

**Задачи:**

- вызвать у детей интерес к искусству танца, пробуждать эмоциональный отклик на музыку и танцевальные движения, помочь каждому ребенку раскрыться эмоционально, ярко передавая танцевальный образ;

- учить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте;

- учить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

 - развивать у детей активность, инициативу, умение преодолевать трудности;

- развивать чувство ритма, темпа, исполнительских навыков в танце; художественно- творческих способностей;

- способствовать укреплению здоровья детей, развивая силу, выносливость, ловкость, гибкость, координацию движений.

* 1. **ПРИНЦИПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОГРАММЫ**

Программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом, в ее основу заложены основные принципы и подходы:

- принцип развивающего образования, в соответствии с которым главной целью дошкольного образования является развитие ребенка;

- принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной коррекционной педагогики);

- принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников;

- принцип личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослых (законных представителей, педагогических работников) и детей;

- предполагает реализацию образовательного процесса в формах, специфических для детей, прежде всего в форме игры, познавательной деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно- эстетическое развитие ребенка;

- строится на основе индивидуальных особенностей и потребностей детей, связанных с их состоянием здоровья;

- обеспечивает приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

- основывается на возрастной адекватности дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития); предусматривает поддержку инициативы детей в различных видах деятельности; непрерывность (преемственность) образования (формирование у дошкольника качеств, необходимых для овладения учебной деятельностью).

* 1. **ХАРАКТЕРИСТИКА ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ.**

**Возрастные особенности детей 3-4 лет**

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 и игр и использовать различные образы в показе упражнений.

**Возрастные особенности детей 4-5 лет**

К 4-5 годам движения детей становятся более координированными. Восприятие становится более точным и образным. Дети уже могут запомнить небольшую сюжетно-образную танцевальную композицию. Они более активны в играх и быстрее схватывают новый материал.

**Возрастные особенности детей 5-6 лет**

Характерной особенностью детей 5-6- лет является их стремление большей самостоятельности в танцах, к точности выполнения движений, заинтересованность в исполнении. Дети этого возраста способны проявить творческую инициативу, внести в танец своё дополнение. Совершенствуется умение отображать эмоционально-выразительный характер музыки, так как дети глубже и сознательнее воспринимают музыкальное произведение, продолжает развиваться координация движений. Особое значение имеют самостоятельная деятельность и творческие проявления детей. Большое внимание следует уделять вырабатыванию у детей умения двигаться свободно, непринуждённо, легко и чётко.

**Возрастные особенности детей 6-7 лет**

Дети этого возраста хорошо ориентируются в пространстве, правильно используют многообразные обозначения пространственных отношений, перестроений в танце: «Побежали по кругу, закружились вправо, перестроились в линию, закружились влево». Теперь ребенок осознанно выполняет задания, а обучение становится более целенаправленным.

Различные перестроения, координация движений в танцах развивают у ребенка такие мыслительные операции, как сравнивание, абстрагирование, установление причинно-следственных связей.

* 1. **Планируемые результаты освоения Программы**

К концу года возможно достижение освоения умений:

1-ый год обучения (3-4 лет)

 Обучающиеся знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем. Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. Овладевают навыками ритмической ходьбы. Умеют хлопать и топать в такт музыки.

2-ой год обучения (4-5 лет)

Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений

Умеют в музыкально подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.). Имеют представление о значении танца в укреплении здоровья.

3-ой год обучения (5-6 лет)

Занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по гимнастике этого года обучения. Имеют представление о разновидностях танцев народов мира.

4-ый год обучения (6-7 лет)

Обучающиеся владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по гимнастике этого года обучения. Имеют представление – о танцевальных терминах, танцевальной азбуке; - о правилах танцевального этикета.

Участие в концерте является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации обучающихся. Итоговое занятие проводится в форме участия в фестивалях, концертах для родителей обучающихся.

* + 1. **ОСОБЕННОСТИ ОЦЕНКИ ОСНОВНЫХ (КЛЮЧЕВЫХ) ХАРАКТЕРИСТИК РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА.**

 Оценивание качества образовательной деятельности представляет собой важную составную часть данной образовательной деятельности, направленную на ее усовершенствование Концептуальные основания оценки качества образовательной деятельности ДОУ определяются требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС ДО. Для отслеживания динамики достижений детей два раза в год проводится диагностика: первичная диагностика с целью выявления стартовых условий, проблем развития и достижений детей проводится в сентябре, итоговая диагностика с целью оценки степени решения поставленных задач проводится в мае.

 Знания детей прослеживаются в форме итоговых занятий предусматривающих ответы на вопросы и выполнение практических заданий.

**Ожидаемые результаты:**

* овладение техникой основных двигательных и танцевальных движений;
* овладение выразительностью и красотой движения;
* овладение чувством ритма;
* возросший интерес к занятиям танцевально-ритмической деятельностью;
* укрепление иммунной системы организма;
* укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата;
* развитие правильной осанки.

Условные обозначения:

* Высокий уровень – критерии проявляются в полной степени (3 балла)
* Средний уровень – критерии просматриваются, но имеют фрагментальный характер (2 балла)
* Низкий уровень – критерии отсутствуют, либо выражены слабо (1 балл)
1. **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**
	* 1. **ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СООТВЕТСТВИИ С НАПРАВЛЕНИЕМ «ХУДОЖЕСТВЕННО- ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

Художественно-эстетическое развитие предполагает развитие пред­посылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирова­ние элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.)

**2 младшая группа (от 3 до 4 лет)**

**Музыкально-ритмические движения.** Учить двигаться в соответствии с двухчастной формой музыки и силой ее звучания (громко, тихо); реагировать на начало звучания музыки и ее окончание.

Совершенствовать навыки основных движений (ходьба и бег). Учить маршировать вместе со всеми и индивидуально, бегать легко, в умеренном и быстром темпе под музыку.

Улучшать качество исполнения танцевальных движений: притопывать попеременно двумя ногами и одной ногой.

Развивать умение кружиться в парах, выполнять прямой галоп, двигаться под музыку ритмично и согласно темпу и характеру музыкального произведения с предметами, игрушками и без них.

Способствовать развитию навыков выразительной и эмоциональной передачи игровых и сказочных образов: идет медведь, крадется кошка, бегают мышата, скачет зайка, ходит петушок, клюют зернышки цыплята, летают птички и т. д.

**Развитие танцевально-игрового творчества.** Стимулировать самостоятельное выполнение танцевальных движений под плясовые мелодии. Учить более точно выполнять движения, передающие характер изображаемых животных.

**Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

**Музыкально-ритмические движения.** Продолжать формировать у детей навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки.

Учить самостоятельно менять движения в соответствии с двух­ и трехчастной формой музыки.

Совершенствовать танцевальные движения: прямой галоп, пружинка, кружение по одному и в парах.

Учить детей двигаться в парах по кругу в танцах и хороводах, ставить ногу на носок и на пятку, ритмично хлопать в ладоши, выполнять простейшие перестроения (из круга врассыпную и обратно), подскоки.

Продолжать совершенствовать у детей навыки основных движений (ходьба: «торжественная», спокойная, «таинственная»; бег: легкий, стремительный).

**Развитие танцевально-игрового творчества.** Способствовать развитию эмоционально-образного исполнения музыкально-игровых упражнений (кружатся листочки, падают снежинки) и сценок, используя мимику и пантомиму (зайка веселый и грустный, хитрая лисичка, сердитый волк и т. д.).

**Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

**Музыкально-ритмические движения.** Развивать чувство ритма, умение передавать через движения характер музыки, ее эмоционально-образное содержание.

Учить свободно ориентироваться в пространстве, выполнять простейшие перестроения, самостоятельно переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.

Способствовать формированию навыков исполнения танцевальных движений (поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке; приставной шаг с приседанием, с продвижением вперед, кружение; приседание с выставлением ноги вперед).

Познакомить с русским хороводом, пляской, а также с танцами других народов.

Продолжать развивать навыки инсценирования песен; учить изображать сказочных животных и птиц (лошадка, коза, лиса, медведь, заяц, журавль, ворон и т. д.) в разных игровых ситуациях.

**Музыкально-игровое и танцевальное творчество.** Развивать танцевальное творчество; учить придумывать движения к пляскам, танцам, составлять композицию танца, проявляя самостоятельность в творчестве.

Учить самостоятельно придумывать движения, отражающие содержание песни.

Побуждать к инсценированию содержания песен, хороводов.

**Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)**

**Музыкально-ритмические движения.** Способствовать дальнейшему развитию навыков танцевальных движений, умения выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, передавая в танце эмоционально-образное содержание.

Знакомить с национальными плясками (русские, белорусские, украинские и т. д.).

Развивать танцевально-игровое творчество; формировать навыки художественного исполнения различных образов при инсценировании песен, театральных постановок.

**Музыкально-игровое и танцевальное творчество.** Способствовать развитию творческой активности детей в доступных видах музыкальной исполнительской деятельности (игра в оркестре, пение, танцевальные движения и т. п.).

Учить импровизировать под музыку соответствующего характера (лыжник, конькобежец, наездник, рыбак; лукавый котик и сердитый козлик и т. п.).

Учить придумывать движения, отражающие содержание песни; выразительно действовать с воображаемыми предметами. Учить самостоятельно искать способ передачи в движениях музыкальных образов.

Формировать музыкальные способности; содействовать проявлению активности и самостоятельности.

**2.2 ФОРМЫ, СПОСОБЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ С УЧЕТОМ ВОЗРАСТНЫХ И ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ВОСПИТАННИКОВ, СПЕЦИФИКИ ИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ И ИНТЕРЕСОВ**

Примерный план организации занятия танцевального кружка.

*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 новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

*Заключительная часть:*

* музыкальная игра
* построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен

**Музыкальная разминка.**

Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

**Ритмическая гимнастика.**

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

**Партерная гимнастика.**

**Это упражнения на растяжку, развитие гибкости и силы, которые выполняются на полу. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные и пластичные. Многие упражнения имеют свои названия и выполняются с использованием логоритмики.**

**Танцевальные движения.**

Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

**Сюжетно-образные танцы.**

**Сюжетно-образные танцы** являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки – характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются как правило изученные танцевальные движения.

**Музыкальные игры**. Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно – ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве.

**2.3** **СПОСОБЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ.**

|  |
| --- |
| ***3-4 года*** |
| ***Приоритетная сфера инициативы – продуктивная деятельность*** | * Создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка.
* Рассказывать детям об их реальных, а также возможных в будущем достижениях.
* Отмечать и публично поддерживать любые успехи детей.
* Всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу.
* Помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей.
* Поддерживать стремление научиться делать что-то и радостное ощущение возрастающей умелости.
* В процессе непосредственно образовательной деятельности и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе.
* Не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Использовать в роли носителей критики только игровые персонажи, для которых создавались эти продукты. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности.
* Учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться находить подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям.
* Уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков.
* Создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявлять любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку; проявлять деликатность и тактичность.
 |
| ***4-5 лет*** |
| ***Приоритетная сфера инициативы – познание окружающего мира*** | * Поощряя желание ребенка строить первые собственные умозаключения, внимательно выслушивать все его рассуждения, проявлять уважение к его интеллектуальному труду.
* Создать условия и поддерживать театрализованную деятельность детей, их стремление переодеваться («рядиться»).
* Обеспечить условия для музыкальной импровизации, пения и движения под популярную музыку.
* Создать в группе возможность, используя мебель и ткани, строить «дома», укрытия для игр.
* Негативные оценки можно давать только поступкам ребенка и только один на один, а не на глазах у группы.
* Недопустимо диктовать детям, как и во что они должны играть, навязывать им сюжеты игры. Развивающий потенциал игры определяется тем, что это самостоятельная, организуемая самими детьми деятельность.
* Участие взрослого в играх детей полезно при выполнении следующих условий: дети сами приглашают взрослого в игру или добровольно соглашаются на его участие; сюжет и ход игры, а также роль, которую взрослый будет играть, определяют дети, а не педагог; характер исполнения роли также определяется детьми.
* Привлекать детей к украшению группы к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения.
* Побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнения взрослых.
* Привлекать детей к планированию жизни группы на день.
 |
| ***5-6 лет*** |
| ***Приоритетная сфера инициативы – внеситуативно-личностное общение*** | * Создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявлять любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку.
* Уважать индивидуальные вкусы и привычки детей.
* Поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу).
* Создавать условия для самостоятельной творческой деятельности детей.
* При необходимости помогать детям в решении проблем организации игры.
* Привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать выбор спектакля для постановки, песни, танца и т.п.
* Создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.
 |
| ***6-7 лет*** |
| ***Приоритетная сфера инициативы – научение*** | * Вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта.
* Спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание; совершенствование деталей и т.п. Рассказывать детям о трудностях, которые вы сами испытывали при обучении новым видам деятельности.
* Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников.
* Обращаться к детям с просьбой показать воспитателю и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого.
* Поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами.
* Создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей.
* При необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры.
* Привлекать детей к планированию жизни группы на день, неделю, месяц. Учитывать и реализовывать их пожелания, предложения.
* Создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.
 |

**2.4 ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ.**

В современных условиях дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьей, то есть имеющим возможность оказывать на неё определенное влияние.

 Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьей – создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышения компетентности родителей в области воспитания.

 Взаимодействие ДОУ с родителями (законными представителями) регулируется договором, включающим в себя взаимные права, обязанности и ответственность сторон, возникающие в процессе воспитания, обучения, развития, присмотра, ухода и оздоровления детей. ДОУ обеспечивает права каждого ребенка в соответствии с Конвенцией о правах ребенка и действующим законодательством РФ.

Направления взаимодействия:

* Изучение семьи, запросов, уровня психолого-педагогической компетентности, семейных ценностей
* Информирование родителей
* Консультирование родителей
* Просвещение и обучение родителей
* Совместная деятельность детского сада и семьи

**2.4.1 ФОРМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ.**

1. Информационно-аналитические формы **(**анкетирова­ние, опрос,интервью и беседа)
2. Познавательные формы (практикум, лекция, дискуссия, круглый стол, симпозиум, дебаты, педагогический со­анн с участием ро­дителей, педагогическая ла­боратория, родительская кон­ференция, общее родительское собрание, групповые роди­тельские собрания, вечера вопросов и ответов, родительские вече­ра, родительские чтения, родительский тренинг, педагогическая беседа, семейная гостиная, клубы для родителей, дни добрых дел, день открытых дверей, неделя открытых дверей, ознакомительные дни, эпизодические посещения, исследовательско- проектные, ролевые, имитационные и деловые игры).
3. Наглядно-информационные формы (информационно- ознакомительные, информационно- просветительские).
4. Досуговые формы (совместные походы и экскурсии, выставки работ родителей и детей, семейные верниса­жи, праздники, утренники, мероприятия (концерты, соревнования)).
5. Письменные формы (еженедельные за­писки, неформальные за­писки, личные блокноты, письменные отче­ты о развитии ребенка).
6. **ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**
	1. **ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА И ОРГАНИЗАЦИОННО- ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

Занятия проводит воспитатель, инструктор физкультуры по специально составленному расписанию в соответствии санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»

При организации образовательной деятельности детей дошкольного возраста можно использовать фронтальную, индивидуальную и подгрупповую формы.

Педагог вправе менять последовательность изучения тем, опираясь на результаты образовательного мониторинга.

Сроки реализации программы – 4 года.

Продолжительность учебного года с сентября по май.

Объём образовательной нагрузки по программе художественно- эстетического воспитания детей дошкольного возраста «Танцевальная азбука» от 3 до 7 лет

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст | Количество занятий в неделю | Количество занятий в месяц | Количество занятий в год | Длительностьобразовательной деятельности | Объём образовательной нагрузки |
| Младший возраст от 3 до 4 лет | 1 | 4 | 36 | 15 мин | 9 ч |
| Средний возраст от 4 до 5 лет | 1 | 4 | 36 | 20 мин | 12 ч |
| Старший возраст от 5 до 6 лет | 1 | 4 | 36 | 25 мин | 15 ч |
| Старший возраст от 6 до 7 лет | 1 | 4 | 36 | 30мин | 18ч |

* 1. **ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**3.2.1 УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**младшая группа (3-4 года)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц  | Тема | Количество часов(академ.час) | Количество занятий |
| сентябрь | Родительское собрание | 1 | 1 |
| Презентация «Танцы» | 1 | 1 |
| Разминка «Веселые путешественники» | 1 | 1 |
| Танец-игра «Танцуют зверята» | 1 | 1 |
| октябрь | Мониторинг | 1 | 1 |
| Танец-игра «Танцуют зверята» | 1 | 3 |
| ноябрь | Танец-игра «Что умеют наши ножки» | 1 | 2 |
| Разучивание движений к танцу с лентами | 1 | 2 |
| декабрь | Разучивание танца «Ежик» | 1 | 2 |
| Танец-игра «Согревалочка» | 1 | 2 |
| январь | Разучивание танца «Тучки» | 1 | 2 |
| Танец-игра «У меня, у тебя» | 1 | 2 |
| февраль | Разучивание танца «Зайчата» | 1 | 2 |
| Танец-игра «Ну-ка вместе» | 1 | 2 |
| март | Разучивание танца «Салютики» | 1 | 2 |
| Танец-игра «Мы едем, едем, едем…» | 1 | 2 |
| апрель | Повторение танцев с лентами и «Ежик» | 1 | 1 |
| Повторение танцев «Тучки», «Зайчата», «Салютики» | 1 | 2 |
| Отчетный концерт для родителей | 1 | 1 |
| май | Танец-игра «Если весело живется, делай так» | 1 | 2 |
| Мониторинг | 1 | 2 |
|  | Итого: |  | 36 |

**УЧЕБНО\_ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**средняя группа (4-5 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц  | Тема | Количество часов(академ.час) | Количество занятий |
| сентябрь | Мониторинг  | 1 | 1 |
| Танец-игра «Вперед четыре шага» | 1 | 3 |
| октябрь | Танец-игра «Колобок» | 1 | 2 |
| Разминка «Джамбо» | 1 | 2 |
| ноябрь | Разучивание танца «Насекомых» | 1 | 2 |
| Танец-игра «Шел король по лесу» | 1 | 2 |
| декабрь | Разучивание танца «У леса на опушке» | 1 | 2 |
| Танец-игра «На носок, на носок» | 1 | 2 |
| январь | Разучивание танца «Сороконожка» | 1 | 2 |
| Танец-игра «Вот так холод, так мороз» | 1 | 2 |
| февраль | Разучивание танца «Зимняя сказка» | 1 | 2 |
| Танец-игра «Праздничный поезд» | 1 | 2 |
| март | Разучивание танца «Мана- анна» | 1 | 2 |
| Танец-игра «Пяточка- носочек» | 1 | 2 |
| апрель | Повторение танцев «Сороконожка», «Зимняя сказка», «Мана-мана» | 1 | 2 |
| Репетиция к концерту | 1 | 1 |
| Отчетный концерт | 1 | 1 |
| май | Танец-игра «Вперед четыре шага» | 1 | 2 |
| Мониторинг | 1 | 2 |
|  | Итого: |  | 36 |

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**старшая группа (5-6 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц  | Тема | Количество часов(академ.час) | Количество занятий |
| сентябрь | Мониторинг | 1 | 1 |
| «Культура поведения на занятиях хореографии» | 1 | 1 |
| Классический экзерсис | 1 | 2 |
| октябрь | Классический экзерсис | 1 | 2 |
| Танец-игра «Почесали ручкой ушки» | 1 | 2 |
| ноябрь | «Танцевальное искусство» | 1 | 1 |
| Народный экзерсис | 1 | 3 |
| декабрь | «Виды хореографии» | 1 | 1 |
| Народный экзерсис | 1 | 2 |
| Разучивание танца «Новогодняя сказка» | 1 | 1 |
| январь | Партерный экзерсис | 1 | 2 |
| Разучивание танца «Зима» | 1 | 2 |
| февраль | Партерный экзерсис | 1 | 2 |
| Разучивание танца «Папуасы» | 1 | 2 |
| март | Партерный экзерсисРазучивание танца «Мы маленькие звезды» | 1 | 2 |
| Партерный экзерсисТанец-игра «У жирафа пятна» | 1 | 2 |
| апрель | Повторение танцев «Новогодняя сказка», «Зима» | 1 | 1 |
| Повторение танцев «Папуасы», «Мы маленькие звезды» | 1 | 1 |
| Репетиция к концерту. | 1 | 1 |
| Отчетный концерт для родителей. | 1 | 1 |
| май | Партерный экзерсисТанец-игра «Давай попрыгаем» | 1 | 2 |
| Мониторинг | 1 | 2 |
|  | Итого: |  | 36 |

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**подготовительная группа (6 - 7 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Месяц  | Тема | Количество часов(академ.час) | Количество занятий |
| сентябрь | Мониторинг | 1 | 1 |
| «Танцы народов мира» | 1 | 1 |
| Партерный и классический экзерсисТанец-игра «Запрещенное движение» | 1 | 2 |
| октябрь | Партерный и классический экзерсисРазучивание танца «Африканская саванна» | 1 | 2 |
| Партерный и классический экзерсисРазучивание танца «Танго» | 1 | 2 |
| ноябрь | Партерный экзерсисРазучивание танца «Греческие богини», «Лезгинка» | 1 | 3 |
| Танец-игра «Чуча-чача» | 1 | 1 |
| декабрь | Партерный экзерсисРазучивание танца «Сомбреро», «Украинская полька»Танец-игра «Буги-вуги» | 1 | 4 |
| январь | Партерный экзерсисРазучивание танца «Восточная сказка»Танец-игра «Злобная повторялка» | 1 | 4 |
| февраль | Партерный экзерсисРазучивание танца «Ритмы Испании», «Цветок сакуры»Танец-игра «Я ракета» | 1 | 4 |
| март | Партерный и народный экзерсисРазучивание танца «Матрешки», «Париж»Танец-игра «Ищи» | 1 | 4 |
| апрель | Партерный экзерсисПовторение танцевТанец-игра «Нарисуем лето» | 1 | 2 |
| Репетиция к концерту | 1 | 1 |
| Отчетный концерт для родителей | 1 | 1 |
| май | Партерный экзерсисТанец-игра «Нарисуем лето» | 1 | 2 |
| Мониторинг | 1 | 2 |
| Итого: |  | 36 |

**3.2.2 ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ ПО ПРОГРАММЕ**

**Младшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** |
| **Сентябрь** | 1. Родительское собрание «Знакомство с танцевальным кружком «Танцевальная азбука»».2. Презентация «Танцы»3. Разминка «Веселые путешественники»4. Танец-игра «Танцуют зверята» |
| **Октябрь** | 1**.**Вводное занятие*.*Мониторинг уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.2. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Дровосек»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Танцуют зверята»3. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Дровосек»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Танцуют зверята»4.  а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Дровосек»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Танцуют зверята» |
| **Ноябрь** | 1. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Надуй шарик»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу с лентамид) танец-игра «Что умеют наши ножки»2. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Надуй шарик»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу с лентамид) танец-игра «Что умеют наши ножки»3. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Надуй шарик»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца с лентамид) танец-игра «Что умеют наши ножки»4. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Надуй шарик»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца с лентамид) танец-игра «Что умеют наши ножки» |
| **Декабрь** | 1. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Гуси летят»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Ежик»д) танец-игра «Согревалочка»2. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Гуси летят»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Ежик»д) танец-игра «Согревалочка»3. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Гуси летят»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Ежик»д) танец-игра «Согревалочка»4. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Гуси летят»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Ежик»д) тан д) Танец-игра «Согревалочка» |
| **Январь** | 1. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Жук»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Тучки»д) танец-игра «У меня, у тебя»2. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Жук»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Тучки»д) танец-игра «У меня, у тебя»3. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Жук»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Тучки»д) танец-игра «У меня, у тебя» |
| **Февраль** | 1. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Часики»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Зайчата»д) танец-игра «Ну-ка вместе»2. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Часики»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Зайчата»д) танец-игра «Ну-ка вместе»3. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Часики»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Зайчата»д) танец-игра «Ну-ка вместе»4. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Часики»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Зайчата»д) тан д) Танец-игра «Ну-ка вместе» |
| **Март** | 1. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Петушок»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Салютики»д) танец-игра «Мы едем, едем, едем…»2. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Петушок»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Салютики»д) танец-игра «Мы едем, едем, едем…»3. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Петушок»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Салютики»д) танец-игра «Мы едем, едем, едем…»4. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Петушок»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Салютики»д) тан д) танец-игра «Мы едем, едем, едем…» |
| **Апрель** | 1. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Насос»в) Партерный экзерсисг) повторение танцев с лентами и «Ежик»д) танец-игра «Если весело живется, делай так»2. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Насос»в) Партерный экзерсисг) Повторение танцев «Тучки», «Зайчата», «Салютики»д) танец-игра «Если весело живется, делай так»3. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Насос»в) Репетиция к концерту.4. Отчетный концерт для родителей. |
| **Май** | 1. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Насос»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Если весело живется, делай так»2. а) Разминка «Веселые путешественники»б) Дыхательная гимнастика «Насос»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Если весело живется, делай так»3. Мониторинг уровня музыкально-двигательных способностей детей на конец года. |

**Средняя группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** |
| **Сентябрь** | 1. Вводное занятие*.*Мониторинг уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.2. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Ладошки»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Вперед четыре шага»3. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Ладошки»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Вперед четыре шага»4. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Ладошки»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Вперед четыре шага» |
| **Октябрь** | 1**.**а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Погончики»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Колобок»2. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Погончики»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Колобок»3. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Погончики»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Колобок»4.  а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Погончики»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Колобок» |
| **Ноябрь** | 1. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Насос»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Насекомых»д) танец-игра «Шел король по лесу»2. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Насос»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Насекомых»д) танец-игра «Шел король по лесу»3. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Насос»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Насекомых»д) танец-игра «Шел король по лесу»4. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Насос»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Насекомых»д) танец-игра «Шел король по лесу» |
| **Декабрь** | 1. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Курочка»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «У леса на опушке»д) танец-игра «На носок, на носок»2. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Курочка»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «У леса на опушке»д) танец-игра «На носок, на носок»3. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Курочка»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «У леса на опушке»д) танец-игра «На носок, на носок»4. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Курочка»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «У леса на опушке»д) танец-игра «На носок, на носок» |
| **Январь** | 1. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Погреемся»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Сороконожка»д) танец-игра «Вот так холод, так мороз»2. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Погреемся»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Сороконожка»д) танец-игра «Вот так холод, так мороз»3. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Погреемся»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Сороконожка»д) танец-игра «Вот так холод, так мороз»4. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Погреемся»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Сороконожка»д) танец-игра «Вот так холод, так мороз» |
| **Февраль** | 1. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Кошка»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Зимняя сказка»д) танец-игра «Праздничный поезд»2. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Кошка»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Зимняя сказка»д) танец-игра «Праздничный поезд»3. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Кошка»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Зимняя сказка»д) танец-игра «Праздничный поезд»4. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Кошка»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Зимняя сказка»д) танец-игра «Праздничный поезд» |
| **Март** | 1. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Обними плечи»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Мана-мана»д) танец-игра «Пяточка-носочек»2. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Обними плечи»в) Партерный экзерсисг) разучивание движений к танцу «Мана-мана»д) танец-игра «Пяточка-носочек»3. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Обними плечи»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Мана-мана»д) танец-игра «Пяточка-носочек»4. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Обними плечи»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Мана-мана»д) танец-игра «Пяточка-носочек» |
| **Апрель** | 1. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Ушки»в) Партерный экзерсисг) повторение танцев «Насекомых», «У леса на опушке»д) танец-игра «Вперед четыре шага»2. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Ушки»в) Партерный экзерсисг) Повторение танцев «Сороконожка», «Зимняя сказка», «Мана-мана»д) танец-игра «Вперед четыре шага»3. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Ушки»в) Репетиция к концерту.4. Отчетный концерт для родителей. |
| **Май** | 1. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Ушки»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Вперед четыре шага»2. а) Разминка «Джамбо»б) Дыхательная гимнастика «Ушки»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Вперед четыре шага»3. Мониторинг уровня музыкально-двигательных способностей детей на конец года. |

**Старшая группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** |
| **Сентябрь** | 1. Вводное занятие*.*Мониторинг уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.2.а) *Тема*«Культура поведения на занятиях хореографии»:- познакомить детей с правилами и манерой поведения;- с формой одежды и прической;- с отношениями между мальчиками и девочками.б) Разминка «Фиксики»в) танец-игра «Пяточка-носочек»3. а) Разминка «Фиксики»б) Классический экзерсис: Упражнения на ориентировку в пространстве:положение прямо (анфас), полуоборот, профиль. Положения и движения ног: позиции ног (выворотные); relleve  по 1,2,3 позициям.в) танец-игра: «Пяточка-носочек»4. а) Разминка «Фиксики»б) Классический экзерсис: Упражнения на ориентировку в пространстве: квадрат. Положения и движения ног: sotte по 1,2.6, sotte в повороте (по точкам зала).в) танец-игра: «Пяточка-носочек» |
| **Октябрь** | 1**.**а) Разминка «Фиксики»б) Классический экзерсис: Положения и движения ног: demi – plie по 1,2,3 позициям; сочетание маленького приседания и подъема на полупальцы, шаги на полупальцах с продвижением вперед и назад.в) танец-игра «Почесали ручкой ушки»2. а) Разминка «Фиксики»б) Классический экзерсис: Упражнения на ориентировку в пространстве: свободное размещение по залу, пары, тройки. Положения и движения ног: шаги с высоким подниманием ноги согнутой в колене вперед и назад на полупальцах; demi-plie  с одновременной работой рук.в) танец-игра «Почесали ручкой ушки»3. а) Разминка «Фиксики»в) Классический экзерсис: Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.г) танец-игра «Почесали ручкой ушки»4.  а) Разминка «Фиксики»в) Классический экзерсис: Танцевальная комбинация, основанная на элементах классического танца.г) танец-игра «Почесали ручкой ушки» |
| **Ноябрь** | 1. а) *Тема*«Танцевальное искусство».- Познакомить детей с понятиями «танцевальное искусство», «хореографический образ», «пластика», «жест», «выразительность».б) Разминка «Фиксики»в) танец-игра «Разноцветная игра»2. а) Разминка «Фиксики»б) Народный экзерсис: Положения и движения рук: положение рук на поясе – кулачком; смена ладошки на кулачок. Движения ног: шаг с каблука в народном характере; простой шаг с притопом.в) танец-игра «Разноцветная игра»3. а) Разминка «Фиксики»б) Народный экзерсис: Положения и движения рук: переводы рук из одного положения в другое (в характере русского танца).в) танец-игра «Разноцветная игра»4. а) Разминка «Фиксики»б) Народный экзерсис: Движения ног: простой переменный шаг с выносом ноги на каблук в сторону (в конце музыкального такта); простой переменный шаг с выносом ноги на пятку в сторону и одновременной открыванием рук в стороны (в заниженную 2 позицию).в) танец-игра «Разноцветная игра» |
| **Декабрь** | 1. а) *Тема*«Виды хореографии».- Познакомить детей с видами хореографии:классический, народный, бальный, историко-бытовой и современные танцы.б) Разминка «Фиксики»в) Народный экзерсис: Движения ног: battement tendu вперед и в сторону на носок (каблук) по 1 свободной позиции, в сочетании с demi-plie; притоп простой, двойной, тройной.г) разучивание движений к танцу «Новогодняя сказка»2. а) Разминка «Фиксики»б) Народный экзерсис: Положения и движения рук: «приглашение». Движения ног: простой русский шаг назад через полупальцы на всю стопу; хлопки в ладоши – двойные, тройные; руки перед грудью – «полочка».в) разучивание движений к танцу «Новогодняя сказка»3. а) Разминка «Фиксики»б) Народный экзерсис: Положения рук в паре:«лодочка» (поворот под руку).Движения ног: Простой шаг с притопом с продвижением вперед, назад; простой бытовой шаг по парам под ручку вперед, назад; танцевальный шаг по парам (на последнюю долю приседание и поворот корпуса в сторону друг друга).в) разучивание танца «Новогодняя сказка»4. а) Разминка «Фиксики»б) разучивание танца «Новогодняя сказка»в) танец-игра «Новогодний хоровод» |
| **Январь** | 1. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание движений к танцу «Зима»г) танец-игра «Запрещенное движение»2. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание движений к танцу «Зима»г) танец-игра «Запрещенное движение»3. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание танца «Зима»г) танец-игра «Запрещенное движение»4. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание танца «Зима»г) танец-игра «Запрещенное движение» |
| **Февраль** | 1. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание движений к танцу «Папуасы»г) танец-игра «У оленя дом большой»2. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание движений к танцу «Папуасы»г) танец-игра «У оленя дом большой»3. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание танца «Папуасы»г) танец-игра «У оленя дом большой»4. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание танца «Папуасы»г) танец-игра  «У оленя дом большой» |
| **Март** | 1. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание движений к танцу «Мы маленькие звезды»г) танец-игра «У жирафа пятна»2. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание движений к танцу «Мы маленькие звезды»г) танец-игра «У жирафа пятна»3. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание танца «Мы маленькие звезды»г) танец-игра «У жирафа пятна»4. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) разучивание танца «Мы маленькие звезды»г) танец-игра «У жирафа пятна» |
| **Апрель** | 1. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) повторение танцев «Новогодняя сказка», «Зима»г) танец-игра «Давай попрыгаем»2. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) Повторение танцев «Папуасы», «Мы маленькие звезды»,г) танец-игра «Давай попрыгаем»3. а) Разминка «Фиксики»б) Репетиция к концерту.4. Отчетный концерт для родителей. |
| **Май** | 1. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) танец-игра «Давай попрыгаем»2. а) Разминка «Фиксики»б) Партерный экзерсисв) танец-игра «Давай попрыгаем»3. Мониторинг уровня музыкально-двигательных способностей детей на конец года. |

**Подготовительная к школе группа**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Тема** |
| **Сентябрь** | 1. Вводное занятие*.*Мониторинг уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.2. а) *Тема*«Танцы народов мира».- Познакомить детей с особенностями национальных культур.б) Разминка «По странам»в) Партерный и классический экзерсисг) танец-игра «Запрещенное движение»3. а) Разминка «По странам»б) Партерный экзерсисв) разучивание танца «Африканская саванна»г) танец-игра «Запрещенное движение»4. а) Разминка «По странам»б) Партерный и классический экзерсисв) разучивание танца «Африканская саванна»г) танец-игра «Запрещенное движение» |
| **Октябрь** | 1**.**а) Разминка «По странам»б) Партерный и классический экзерсисв) разучивание танца «Африканская саванна»г) танец-игра «Паровозик»2. а) Разминка «По странам»б) Партерный и классический экзерсисв) разучивание танца «Танго»г) танец-игра «Паровозик»3. а) Разминка «По странам»б) Партерный и классический экзерсисв) разучивание танца «Танго»г) танец-игра «Паровозик»4.  а) Разминка «По странам»б) Партерный экзерсисв) разучивание танца «Танго»г) танец-игра «Паровозик» |
| **Ноябрь** | 1. а) Разминка «По странам»б) Партерный экзерсисв) разучивание танца «Греческие богини», «Лезгинка»г) танец-игра «Чуча-чача»2. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Греческие богини», «Лезгинка»д) танец-игра «Чуча-чача»3. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Греческие богини», «Лезгинка»д) танец-игра «Чуча-чача»4. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Греческие богини», «Лезгинка»д) танец-игра «Чуча-чача» |
| **Декабрь** | 1. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Сомбреро», «Украинская полька»д) танец-игра «Буги-вуги»2. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Сомбреро», «Украинская полька»д) танец-игра «Буги-вуги»3. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Сомбреро», «Украинская полька»д) танец-игра «Буги-вуги»4. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Сомбреро», «Украинская полька»д) танец-игра «Буги-вуги» |
| **Январь** | 1. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Восточная сказка»д) танец-игра «Злобная повторялка»2. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Восточная сказка»д) танец-игра «Злобная повторялка»3. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Восточная сказка»д) танец-игра «Злобная повторялка»4. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Восточная сказка»д) танец-игра «Злобная повторялка» |
| **Февраль** | 1. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) разучивание танца «Ритмы Испании», «Цветок сакуры»д) танец-игра «Я ракета»2. а) Разминка «По странам»в) Партерный и народный экзерсисг) разучивание танца «Ритмы Испании», «Цветок сакуры»д) танец-игра «Я ракета»3. а) Разминка «По странам»в) Партерный и народный экзерсисг) разучивание танца «Ритмы Испании», «Цветок сакуры»д) танец-игра «Я ракета»4. а) Разминка «По странам»в) Партерный и народный экзерсисг) разучивание танца «Ритмы Испании», «Цветок сакуры»д) танец-игра «Я ракета» |
| **Март** | 1. а) Разминка «По странам»в) Партерный и народный экзерсисг) разучивание танца «Матрешки», «Париж»д) танец-игра «Ищи»2. а) Разминка «По странам»в) Партерный и народный  экзерсисг) разучивание танца «Матрешки», «Париж»д) танец-игра «Ищи»3. а) Разминка «По странам»в) Партерный и народный экзерсисг) разучивание танца «Матрешки», «Париж»д) танец-игра «Ищи»4. а) Разминка «По странам»в) Партерный и народный экзерсисг) разучивание танца «Матрешки», «Париж»д) танец-игра «Ищи» |
| **Апрель** | 1. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) повторение танцевд) танец-игра «Нарисуем лето»2. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) Повторение танцевд) танец-игра «Нарисуем лето»3. а) Разминка «По странам»в) Репетиция к концерту.4. Отчетный концерт для родителей. |
| **Май** | 1. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Нарисуем лето»2. а) Разминка «По странам»в) Партерный экзерсисг) танец-игра «Нарисуем лето»3. Мониторинг уровня музыкально-двигательных способностей детей на конец года. |

* 1. **МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

К организации предметно-пространственной среды относятся условия, обеспечивающие качество  уровня развития у дошкольников танцевально-творческих навыков:

- музыкальный зал, специально оборудованный танцевальный зал с зеркалами;

-наличие музыкальной аппаратуры, музыкальный центр, компьютер, мультимедиаплеер;

-наличие музыкально-танцевальных игр, пособий и атрибутов к танцам;

-костюмерная с достаточным количеством костюмов для танцевального творчества дошкольников, выступлений.

Иллюстрации с изображением танцев различных эпох и стилей, фотографии с изображением танцевальных коллективов.

1. **ПРИЛОЖЕНИЕ**
	1. **Мониторинг танцевально-ритмической деятельности**

Исследование развития детей в танцевально-ритмической деятельности проводится в начале и в конце каждого учебного года.

Беседа с детьмипроводится с целью выявить степень заинтересованности детей танцевально-ритмической деятельностью.

Вопросы:

1. Любишь ли ты слушать музыку?
2. Есть ли у тебя дома магнитофонные записи с детскими песнями, музыкальными сказками?
3. Любишь ли ты петь, танцевать? (Что ты любишь больше?)
4. Какая самая любимая твоя песня? Танец?
5. Поете ли вы вместе с мамой, папой?
6. Танцуете ли вы с мамой, папой?
7. Когда ты был последний раз в театре, на представлении? Что смотрел?
8. Как ты думаешь, для чего людям нужны музыка и танец?

Анкетирование родителейпроводится с целью уточнить заинтересованность ребенка к танцевально-ритмической деятельности и выявить отношение семьи к этому роду деятельности.

 Вопросы:

1. Любит ли ребенок слушать музыку? Какую музыку предпочитает?
2. Какое самое любимое музыкальное произведение вашего ребенка? А ваше?
3. Любит ли он под эту музыку двигаться, танцевать?
4. Понимает ли он содержание песен?
5. Передает ли в движении характер музыки, ритм?
6. Насколько эмоционально реагирует ваш ребенок на музыку?
7. В чем это выражается?
8. Стремится ли ребенок поделиться своими впечатлениями и переживаниями с вами? Как вы на это реагируете?
9. Каково ваше участие в музыкальном развитии ребенка: есть ли дома фонотека детской музыки?
10. Смотрите ли по телевизору музыкальные программы вместе с ребенком? Обсуждаете ли их?

Ответы заносятся в таблицу, опираясь на ответы детей и родителей в виде баллов, оценивающих степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности:

**«1» - Низкий уровень.** Поверхностный интерес к музыке, танцу, ритмике. Не предпринимает попытки выразить музыкальные образы в движении. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности неглубокие, несодержательные, необъективные и немотивированные. Не использует движения под музыку в свободной деятельности.

**«2» - Средний уровень**. Интерес к музыкально-ритмической деятельности достаточно устойчив, но характеризуется частым переключением внимания. Предпринимает попытки выразить в движении музыкальные образы. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности не всегда обоснованы. Самостоятельное, фрагментарное внесение танцевальных движений в свою деятельность.

**«3» - Высокий уровень.** Интерес к музыкально-ритмической деятельности глубокий и стойкий. Ритмика, танец, музыкальные двигательные игры — предпочитаемые виды деятельности. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности мотивированы, объективны, содержательны. Самостоятельная музыкально-ритмическая деятельность систематическая и устойчивая.

Диагностика специальных двигательных умений ребенка в контексте музыкально-ритмической деятельности осуществляется в соответствии с уровнями.

**Диагностические игровые и ритмические упражнения**

**Выявление качества музыкально-ритмических движений:**

1. Выполнение элементов танца:

Средняя группа – исполнить небольшой группой притопы одной ногой, хлопки в ладоши, кружение по одному.

Старшая группа – выполнить движения небольшой группой (поскоки, шаг с притопом, кружение парами).

Подготовительная группа – выполнить небольшой группой движения танца (выразительно, ритмично) – шаг польки, кружение на месте на поскоках.

2. Создание музыкально-игрового образа:

Старшая группа – передать в движении образ кошки (“вся мохнатенька”).

Подготовительная группа – исполнить музыкально-игровой образ в развитии. Игра “Кот и мыши” (действовать выразительно и согласованно с музыкой).

**Выявление уровня ритмического слуха:**

Младшая группа – повторить ритм хлопками.

Средняя группа – прослушать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей и воспроизвести его на барабане (двухтактное построение).

Старшая группа – прослушать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей и воспроизвести хлопками (четырёхтактное построение).

Подготовительная группа – послушать мелодию (четырёхтактное построение) и отхлопать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей.

Игровые диагностические задания для выявления особенностей воспроизведения детьми старшей и подготовительной группы музыкальных образов в движении

Вариант 1. Несюжетные этюды

Детям предлагается послушать музыку, определить, сколько частей в произведении, их характер. Затем, после повторного прослушивания каждой части, дети определяют, какие движения можно исполнить под эту музыку, и самостоятельно выполняют их.

Пример: «Тема с вариациями», музыка Т. Ломовой (задание на различение характера музыки и формы музыкального произведения). Двигательная основа этюда: плавный шаг, подскоки, бег, ходьба.

Вариант 2. Сюжетные этюды

Вначале следует образный рассказ, раскрывающий сюжет этюда. Затем исполняется музыка. Дети сами должны найти соответствующие движения, помогающие эмоционально передать игровой образ сюжета. Такие этюды могут быть выполнены небольшой группой детей или индивидуально.

Пример: «Подружки», музыка Т. Ломовой. Сюжет: пошли подружки в поле погулять, а там цветов красивых видимо-невидимо. Как зеленый ковер, трава расстилается, под теплым ветерком цветы головками кивают. Стали девочки цветы собирать — красный мак, белую ромашку, синие васильки, лиловые колокольчики, розовую кашку. Нарвали большие букеты и начали плести венки. Надели венки на голову — собой любуются. Притопнули каблучком и заплясали. Довольные прогулкой, пошли девочки обратно домой. Музыка представляет собой 3-х частную форму, предполагающую действия: 1 часть — прогулка, сбор цветов, плетение венков, 2 часть — веселый перепляс и 3 часть — ходьба.

В процессе анализа результатов особое внимание обращается на следующие моменты:

* интерес ребенка к заданию;
* готовность свободно включиться в танцевальную импровизацию;
* понимание и переживание музыкального образа в исполняемом этюде, адекватность его передачи в движении;
* владение танцевальными умениями;
* нестереотипность танцевальной импровизации.

**Уровни развития танцевально-ритмических навыков.**

**«1» - Низкий уровень.** Не умеют технически точно, легко и выразительно выполнить гимнастические и имитационные движения.

**«2» - Средний уровень.** Движения выполняются довольно точно и выразительно, но нет творческой активности в создании музыкально-двигательных образов.

**«3» - Высокий уровень.** Прочно владеют всеми техническими навыками и приемами. Проявляют творческое отношение к исполнению танцев, хороводов, игр и упражнений.

**Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями**

**«1» - Низкий уровень** – смену движений производит с запаздыванием, движения не

**«2» - Средний уровень** – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;

**«3» - Высокий уровень** – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений,

движения соответствуют характеру музыки;

**Уровень ритмического слуха**

**«1» - Низкий уровень** – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

**«2» - Средний уровень** – допускает 2-3 ошибки;

**«3» - Высокий уровень** – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

**Уровень качества танцевально-ритмических движений, координированности**

**«1» - Низкий уровень** – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

**«2» - Средний уровень** – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими,

движения соответствуют характеру музыки;

**«3» - Высокий уровень** – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в

движении; самостоятельно использует знакомые движения или

придумывает свои; движения выразительны;

**Уровень артистичности и творчества в танце**

**«1» - Низкий уровень** – не справляется с заданием.

**«2» - Средний уровень** – использует стандартные ритмические рисунки;

**«3» - Высокий уровень** – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки;

**Уровень артистичности и творчества в танце**

**«1» - Низкий уровень** – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при

движении.

**«2» - Средний уровень** - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная

эмоциональность при выполнении движений;

**«3» - Высокий уровень** – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное

выполнение движений

Таблица мониторинга танцевально-ритмической деятельности

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.и.ребенка | Степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности | Уровень ритмического слуха | Уровень артистичности и творчества в танце | Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями | Уровень развития танцевально-ритмических навыков | Уровень качества танцевально-ритмических движений, координации движений |
| Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. | Н.г. | К.г. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**4.2** **Партерная гимнастика**

Партерная гимнастика – это комплекс специально подобранных физических упражнений, основной особенностью которые является то, что они выполняются на полу. То есть партерная гимнастика включает в себя различные упражнения в положении сидя, лежа, на боку, что обеспечивает отсутствие компрессионной нагрузки на суставы. Упражнения могут быть как активные, так и пассивные, статические и динамические, комбинированные и т.п.

**Бабочка**

Способствует усилению внутриполостному давлению, а значит, воздействует на органы брюшной полости. Помимо этого идет стимуляция действий подкожных нервов. Дети садятся в позицию «прямого угла», но ноги уже согнуты в коленях, стопы сведены вместе. Затем колени разводятся в стороны, а стопы ног обхватываются руками, спина должны быть прямой. Нужно как можно ниже опустить колени и в таком положении задержаться на некоторое время, и вернуться в прежнюю позицию. Движения должны быть динамичными, дыхание при выполнении произвольное.

**Змея**

Это упражнение направлено на растяжку прямых мышц брюшного пресса, способствует повышению внутриполостного давления, в результате чего, повышается приток крови. Это дает возможность в наибольшей степени обогатить все органы питательными веществами и кислородом. Выполняемые движения помогают побороть скованность и деформацию позвоночника. Очень полезны они для миндалин: отгибание головы во время упражнения увеличивает поступление к ним крови, что делает их более устойчивыми к простудным заболеваниям, ангине. Детям нужно лечь животом на пол, ноги свести вместе, а руками в области груди упереться в пол. Затем в достаточно медленном темпе «сделать змейку»: подняться на руках, затем поднять голову, и только после этого подать вперед грудь, живот должен лежать на полу. В таком положении ребенок должен прогнуться, насколько сможет, запрокинув немного назад голову и зафиксировать позицию. Возвращаться в исходное положение надо медленно. Вдох важно делать в первой фазе упражнения, а выдох на второй.

**Лягушка**

Две руки  вверх, пальцы на руках вместе, с выдохом  наклоняемся  вперед, стараемся  живот  прижать  к  полу  и коленками  коснуться  пола.

 **Складочка**

Тянемся за руками вверх и с выдохом наклон вперед, касаемся головой колен, затем за носки поднимаем пятки от пола, выпрямляя спину, и с выдохом опускаемся обратно в складочку, разводя стопы по первой позиции,  и головой касаемся ног.

**Книжечка**
 Наклон вперед, ноги врозь: работаем над выворотностью паховых связок, следим за прямыми коленями и натянутыми носками.

 **Кузнечик**

Дети опускаются на спину через локти и растягивают переднюю поверхность бедра. Поочередно выпрямляя правую ногу и притягивая руками к себе, затем левую ногу.
Упражнение «кузнечик по первой позиции»:  работаем над выворотностью стопы. Опускаемся на спину, и после растяжки делаем махи поочередно меняя ноги.

**Кобра**

Лежа на животе, поднимаем  корпус,  опираясь на руки, кисти рук под плечами, гнемся назад, стараемся размять спину.

**Колечко**

Лежа на коврике, поднимаемся на руки, сгибаем ноги в голени и касаемся носочками головы.

**Корзиночка**

 Сгибая голень, беремся за носки и вытягиваемся вверх, стараясь при этом максимально вытянуть колени.

**Коробочка**

Стоя на коленях, делаем прогиб назад, беремся руками за пятки и опускаемся головой как можно ниже, при этом работая над гибкостью.

**Кошка – собачка**

Для  того  чтобы  отдохнула  спина  от упражнения  на  гибкость.
Стоя на коленях, две руки вверх, делаем наклоны назад, касаясь руками пола, и возвращаемся в исходное положение.

**Мостик**

Из положения лежа дети учатся подниматься в мостик и раскачиваются в нем, развивая гибкость в спине и плечевом суставе.

**Неваляшка**

Развивает координацию движений. Дети лёжа на спине, вытянув руки и ноги, перекатываются то на правый, то на левый бок.

**Фасолинки**

Развивает координацию движений в пространстве. Дети лёжа на спине, вытянув руки и ноги, перекатываются на один бок, на живот, на другой бок, передвигаясь по полу, как фасолинки.

**Лодочка**

Развивает вестибулярный аппарат. Дети сидят на полу, согнув ноги и разведя их в разные стороны, перекатываясь то на правое, то на левое бедро, имитируя движения долки.

**Дождик**

Развивает чувство ритма. Дети сидят на полу потихоньку начиная стучать кулачками и пяточками об пол, постепенно увеличивая темп, имитируя нарастающий шум дождя.

**Большие и маленькие дома**

Дети лежат на спине, подняв руки за голову, тянут руки в одну сторону, руки в другую, имитируя большие дома, затем подтянув к себе согнутые в коленях ноги, имитируют маленькие дома.

**Серия упражнений для мышц спины**

**Рыбка**И.п." - лежа на животе, руки вытянуты вперед.
1 - поднять голову, верхнюю часть туловища, руки, ноги.
2 - принять исходное положение.

**Морская звезда**

И.п. - лежа на животе, руки вытянуты вперед.
1 - поднять голову, верхнюю часть туловища, руки, ноги.
2 - развести руки в стороны, ноги врозь.
3 - руки вперед, ноги вместе.
4 - принять исходное положение.

**Кораблик**
И.п. - лежа на животе, руки сзади, пальцы переплести.
1 - поднять голову, плечи, прогнуться, руки назад.
2-7 - держать.
8 - принять исходное положение.

**Плавание брассом**

И.п. - лежа на животе, руки вытянуты вперед.
1 - поднять голову, верхнюю часть туловища руки.
2-7 - движения руками, имитирующие плавание брассом.
8 - принять исходное положение.

**Ныряльщики за жемчугом**
И.п. - лежа на животе, руки вытянуты вперед ладони вместе.
1 - поднять голову, верхнюю часть туловища, руки, ноги.
2-7 - попеременные движения ногами вверх-вниз.
8 - принять исходное положение.

С**ерия упражнений для укрепления мышц брюшного пресса**

**Русалочка**
И.п. - стоя на коленях, руки в стороны.
1-2 - сесть на правое бедро, правую руку дугой" вниз - влево.
3-4 - принять исходное положение.
5-8 -то же в другую сторону.

**Катамаран**
И.п. - сидя, руки в упоре сзади, ноги слегка приподнять.
1-16- имитировать нажимания" ногами на педали.

**Медуза**
И.п. - лежа на спине, ноги врозь, руки в стороны - вверх."
1 - группировка лежа на спине: ноги согнуть, обхватить голени руками, голову поднять ("когда начинается шторм, медузы сжимаются в комочек и опускаются на дно").
2-3 - держать.
4 - принять исходное положение ("когда шторм прекращается, медузы всплывают на поверхность").

**Кальмар**
И.п. - сидя, руки в упоре сзади.
1 - согнуть ноги, притягивая колени к груди.
2 - разогнуть ноги в стороны - вверх.
3 - ноги вместе.
4 - принять исходное положение.

**Кит**
И.п. - лежа на спине, руки к плечам.
1-2 - сесть, руки вверх.
3-6 - потрясти расслабленно кистями ( "кит пускает фонтан").
7-8 - принять исходное положение.

**5. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) – СПб.: ЛОИРО, 2000.
2. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004.
3. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003
4. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.
5. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
6. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. Ростов -на – Дону «Феникс» 2003г.
7. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. Москва 2007г.
8. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. Москва 1998г.
9. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. Ярославль 2004г.
10. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.
11. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993г.
12. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
13. Константинова А.И. Игровой стретчинг. – СПб.: Вита, 1993.
14. Константинова Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.
15. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. – СПб: Искусство, 1993.
16. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Варгус, 1982.