

**Отдел образования администрации Мордовского района Тамбовской области
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №1 «Золотой ключик»**

Рассмотрена на заседании
Методического совета
совета
от «14» июня 2019г.
Протокол № 1



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности**

«Растишка»

(стартовый уровень)

Возраст учащихся: 6-7 лет

Срок реализации: 1 год

**Составитель программы:
Котельникова Зинаида Ивановна**

Мордово-2019

Информационная карта

Ф.И.О. педагога	Котельникова Зинаида Ивановна
Вид программы	модифицированная
Тип программы	общеразвивающая
Образовательная область	художественно-эстетическое развитие
Направленность деятельности	художественная
Способ освоения содержания образования	практический
Уровень освоения образования	ознакомительный
Уровень реализации программы	Дошкольное образование
Форма реализации программы	групповая
Продолжительность реализации программы	1 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

№п/п	Название	страница
1	<i>Блок № 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.</i>	
	1.1. Пояснительная записка	4
	1.2. Цель и задачи программы	6
	1.3. Содержание программы	6
	1.4. Планируемые результаты	13
2	<i>Блок № 2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы</i>	
	2.1. Календарный учебный график	14
	2.2. Условия реализации программы	27
	2.3. Формы аттестации	27
	2.4. Оценочные материалы	28
	2.5. Методические материалы	30
	2.6. Список литературы	31

Блок № 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

1.1 Пояснительная записка

Направленность общеобразовательной общеразвивающей программы «Растишка» - художественная, уровень сложности программы стартовый.

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время ритмическая гимнастика получила широкое распространение во всем мире. Она будто вошла в нашу жизнь, увлекла людей разных возрастов. Ритмическая гимнастика общедоступна, высокоэффективна и эмоционально. Обширное распространение ритмической гимнастики, а также ее огромное влияние на физическое развитие человека привело к тому, что она стала использоваться в работе с детьми в школах и дошкольных учреждениях. Ученые считают движения врожденной, жизненной необходимой потребностью ребенка. Полное удовлетворение потребности в движении особенно важно в детстве, когда формируются все основные системы и функции организма. Само название этого вида двигательной активности указывает на ритмический характер движений, а они отражают естественную потребность ребенка. Под влиянием ритмической гимнастики у детей развивается внимание, они приучаются сосредотачиваться на том, что им преподается, делают это легко и весело, без большого напряжения. У них формируются способность к устойчивому вниманию и собранность, являющиеся важными предпосылками успешно учебы. Ритмическая гимнастика является одним из самых главных средств музыкально-ритмического воспитания, которое предполагает воздействие на организм человека не только движением, но и музыкой. Достоинства ритмической гимнастики как средства воздействия на психическое и физическое состояние ребенка известны. Выполнение упражнений поточным способом с большим количеством повторений даёт возможность соединить преимущества циклических видов деятельности (бега, ходьбы, прыжки и т.д.) из-за их аэробных возможностей с доступностью и эмоциональностью гимнастических упражнений. Такие занятия воздействуют на сердечнососудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма ребёнка.

Таким образом, при выполнении ритмической гимнастики решается одна из основных задач - это укрепление здоровья дошкольников.

В ходе разработки программы были проанализированы материалы дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ «Ритмическая мозаика» А.И. Буренина, «Са-Фи-Дансе» танцевально-игровая гимнастика для детей Ж.Е. Фирилёва, Е.Г Сайкина, «Танцевальная ритмика» Т.И. Суворова. Отличительной особенностью данной общеобразовательной программы от уже существующих в этой области являются интеграции

ритмической и художественной гимнастики. Введение в комплекс ритмических упражнений элементов упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, гимнастическая палка, гимнастическая лента, флажки),а также игрового стретчинга и постановка хореографических номеров.

Программа адресована детям 6-7 лет.

Возраст (6 – 7 лет) характеризуется как период существенных изменений в организме ребенка и является определенным этапом созревания организма. В этот период идет интенсивное развитие и совершенствование опорно-двигательной и сердечно-сосудистой систем организма, развитие мелких мышц, развитие и дифференцировка различных отделов центральной нервной системы.

Характерной особенностью данного возраста является так же развитие познавательных и мыслительных психических процессов: внимания, мышления, воображения, памяти, речи. Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возросла возможность про- странственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений.

У детей шести лет появляется уверенная и твёрдая поступь, движения их становятся более осознанными. Всё это даёт возможность усложнять ритмические упражнения и приучать детей к самостоятельному выполнению заданий .

К шести-семи годам дети почти полностью могут управлять своим телом и способны координировать движения. Чтобы заинтересовать их занятиями ритмикой необходимо подбирать более сложные движения и построения, рассчитанные на быструю смену ориентиров.

Для обучения принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний, количество детей - 12-15 человек в группе, состав группы постоянный. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Формы организации деятельности учащихся на занятии групповая, срок освоения программы 1 год, количество учебных часов - 64. Занятия проводятся 2 раза в неделю, продолжительность занятий 30 минут.

1.2 Цель и задачи программы

Цель: Укрепление психического и физического здоровья детей через музыкально-ритмические занятия, развитие личности ребёнка способного к творческому самовыражению.

Задачи:

Образовательные:

-формировать навыки владения ходьбой, бегом и другими видами движения как средствами выражения музыкальных образов;

-формировать навыки ритмичного движения в соответствии со структурой, темпом, динамикой и регистровыми особенностями музыкального произведения; отмечать в движении метр, метрическую пульсацию, акценты, ритмический рисунок;

-обучить детей технике работы с предметами;

-познакомить детей с элементами танцевальных движений.

Развивающие:

-развивать у детей эмоциональную отзывчивость, художественно-творческие способности (индивидуальное выражение музыкального образа, придумывание и комбинирование танцевальных движений); свободу движений посредством снятия мышечного торможения, чувство пространства.

Воспитательные:

-воспитывать у детей культуру движений, культуру чувств, чувство ответственности в коллективно выполняемых упражнениях, играх, танцах.

1.3 Содержание программы

Структура построения комплекса ритмической гимнастики.

Подготовительная часть, или разминка, обеспечивает разогревание организма, подготовку его к основной физической нагрузке. Вводную часть составляют упражнения, непосредственно воздействующие на весь организм ребёнка. Это движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки, упражнения на коррекцию свода стопы, общеразвивающие упражнения.

В основную часть входит серия упражнений различного характера: поднятие рук вверх, в стороны, упражнения для мышц шеи. Следующая серия упражнений – нагрузочная. Здесь предлагаются упражнения интенсивного характера: различные наклоны, раскачивания туловища, выпады, приседания. Подбираются они с таким расчётом, чтобы равномерно «нагрузить» все части тела. Эта серия упражнений проходит в быстром темпе. Затем следует партерная серия из исходных положений лёжа и сидя. Эта группа упражнений предназначена для развития гибкости позвоночника, укрепления мышц спины и брюшного пресса, мышц ног. Далее идёт работа с предметами и постановка хореографических номеров.

Завершается ритмическая гимнастика упражнениями на расслабление. Цель которых – обеспечить максимальный отдых детей в короткий промежуток времени. Это могут быть упражнения из исходных положений стоя, сидя, лёжа. Они способствуют быстрому восстановлению организма и подготовке его к дальнейшей деятельности.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроль)
		всего	теория	практика		
	Вводное занятие	1	1	-	групповая	Текущий контроль (Наблюдение за правильным выполнением упражнений).
1.1	Раздел 1 Упражнения на развитие ориентировки в пространстве.	8	-	8		
	Тема №1 Ориентационные упражнения: вправо-влево, вперёд-назад, вниз-вверх, в круг, из круга, по кругу.	2	-	2		
1.2	Тема №2 Передвижения парами по кругу с различным положением рук.	1	-	1		
1.3	Тема №3 Композиционные перестроения	2	-	2		
1.4	Тема №4 Рисунок танца	2	-	2		

1.5	Тема№5 Весёлые перестроения.	1	-	1		
	Раздел 2 Танцевальная азбука	8	-	8	группо вая	Показ комбинаций танцевальных шагов.
2.1	Тема №1 Шаги народного танца	3	-	3		
2.2	Тема№2 Шаг танго	2	-	2		
2.3	Тема№3 Вальсовый шаг	3	-	3		
	Раздел 3 Работа с предметом	18	2	16	группо вая	Показ на утреннике.
3.1	Тема №1 Работа с мячом.	4,5	0,5	4		
3.2	Тема№2 Работа со скакалкой	4,5	0,5	4		
3.3	Тема №3 Работа с лентой.	4,5	0,5	4		
3.4	Тема №4 Работа с обручем.	4,5	0,5	4		
	Раздел4 Хореографические постановки	18	2	16	группо вая	Тематический контроль. Показ на утреннике.
4.1	Тема №1Танец «Чародей листопад»	4,5	0,5	4		
4.2	Тема№2 Танец «Звездопад»	4,5	0,5	4		
4.3	Тема №3 Танец «Детское танго»	4,5	0,5	4		
4.4	Тема №4 Танец «Вальс»	4,5	0,5	4		
	Раздел 5 Игровой стретчинг	12	-	12	группо вая	Тематический контроль. Открытые показы
5.1	Тема №1 Комплекс №1 «Весёлое путешествие»	3	-	3		

5.2	Тема№2 Комплекс №2 «Магазин игрушек»	3	-	3		
5.3	Тема№3 Комплекс №3 «Сказочный лес»	3	-	3		
5.4	№ 4 Комплекс №4 «В поисках друзей»	3	-	3		
	Итого часов	64	5	59		

Содержание учебного плана

Тема 1 Вводное занятие

Теория. Правила поведения в зале, форма одежды, структура занятия.

Раздел 1 Упражнения на развитие ориентировки в пространстве

Тема №1 Ориентационные упражнения: вправо-влево, вперёд-назад, вниз-вверх, в круг, из круга, по кругу.

Практика: Упражнять в шагах по целевым ориентирам.

Ожидаемые результаты: Дети научатся ориентироваться в пространстве.

Правильно выполнять шаги по целевым ориентирам.

Формы контроля: Наблюдение за выполнением.

Тема№2 Передвижения парами по кругу с различным положением рук.

Практика: выполнять движения с различным положением рук: лодочка, кренделёк, стрелочка, руки скрестно.

Ожидаемые результаты: Дети научатся выполнять движения в парах с различным положением рук.

Формы контроля: Наблюдение за выполнением.

Тема№3 Композиционные перестроения

Практика. Выполнять перестроения. Из 1 линии в 2, из 2 линий в 4.

Выполнять перестроения «звёздочка маленькая, звёздочка большая», «воротики», «змейка».

Ожидаемые результаты: Дети научатся выполнять перестроения под музыкальное сопровождение.

Формы контроля: Наблюдение за выполнением.

Тема№4 Рисунок танца

Практика. Выполнять перестроения диагональ, клин, шахматный порядок под музыкальное сопровождение со сменой направляющего.

Ожидаемые результаты: Дети научатся выполнять перестроения со сменой направляющего..

Формы контроля: Наблюдение за выполнением.

Тема№5 Весёлые перестроения.

Практика. Все виды перестроений, изученных за год.

Ожидаемые результаты: Дети научатся ориентироваться в пространстве, выполнять композиционные перестроения.

Формы контроля: Наблюдение за выполнением.

Раздел 2 Танцевальная азбука

Тема №1 Шаги народного танца

Практика. Выполнять движения русского народного танца «ковырялочка», «моталочка», «тройной притоп», «ёлочка».

Простой русский шаг, тройной шаг. Выполнять тройной шаг с притопом, переменный.

Ожидаемые результаты: Дети научатся выполнять шаги народного танца с музыкальным сопровождением, исполнять комбинацию танцевальных шагов.

Формы контроля: Наблюдение за выполнением.

Тема №2 Шаг танго

Практика. Шаг танго вперёд, назад, шаг по кругу.

Ожидаемые результаты: Дети научатся выполнять шаг танго в парах с композиционными перестроениями.

Формы контроля: Наблюдение за выполнением.

Тема №3 Вальсовый шаг

Практика. Выполнять вальсовый шаг по квадрату, вальсовую дорожку.

Ожидаемые результаты: Дети научатся выполнять вальсовый шаг в парах, а также вальсовые движения малый квадрат, окошко. Вальсовые вращения.

Формы контроля: Наблюдение за выполнением.

Раздел 3 Работа с предметом

Тема №1 Работа с мячом.

Теория: Показ основных упражнений работы с мячом.

Практика. Выполнять броски и ловлю мяча в парах. Отбивы мяча двумя руками, затем одной и, наконец, попеременно правой и левой рукой. Круги и махи с мячом. Выполнять танцевальные шаги с мячом (приставной шаг, боковой галоп, простой шаг, шаг с притопом).

Ожидаемые результаты: Дети научатся выполнять броски и ловлю мяча в парах, выполнять танцевальные шаги с мячом (приставной шаг, боковой галоп, простой шаг, шаг с притопом)

Формы контроля: Наблюдение за выполнением. Открытые показы на утреннике.

Тема №2 Работа со скакалкой.

Теория. Техника выполнения упражнений со скакалкой.

Практика. Махи и вращения, прыжки через большую скакалку .

Выполнять прыжки с вращением скакалки вперёд и назад, переводы скакалки.

Ожидаемые результаты: Дети научатся выполнять прыжки с вращением скакалки вперёд и назад, переводы скакалки, выполнять махи и вращения скакалкой.

Формы контроля: Наблюдение за выполнением. Открытые показы на утреннике.

Тема №3 Работа с лентой.

Теория. Показ махов, техника выполнения.

Практика. Выполнять махи в боковой и лицевой плоскости, махи с шагами, выполнять восьмёрку, спираль, и змейка. Выполнять круги в боковой и горизонтальной плоскости, бег с лентой, движения восьмёрка, спираль, змейка.

Ожидаемые результаты: Дети научатся выполнять махи в боковой и лицевой плоскости, махи с шагами, выполнять восьмёрку, спираль, и змейку. Выполнять круги в боковой и горизонтальной плоскости, бег с лентой, движения восьмёрка, спираль, змейка.

Формы контроля: Наблюдение за выполнением. Открытые показы на утреннике

Тема №4 Работа с обручем.

Теория. Показ упражнений с обручем, техника выполнения.

Практика. Вращения на руке, со сменой ведущей руки, вращение на талии. Прыжки вертикальные, боковые и танцевальные шаги с обручем. Перекаты обруча в парах, вращение на руке и на талии.

Ожидаемые результаты: Дети научатся вращать обруч на руке, со сменой ведущей руки, вращать на талии. Выполнять прыжки вертикальные, боковые и танцевальные шаги с обручем.

Формы контроля: Наблюдение за выполнением. Открытые показы на утреннике

Раздел 4 Хореографические постановки

Тема №1 Танец « Чародей листопад»

Теория: Показ основных упражнений с полотном, танцевальных движений.

Практика. Техника работы с полотном. Махи скрестно, махи со сменой мест, махи поочерёдно.

Танцевальный шаг: Открытый шаг, приставной шаг, бег с остановками, кружение на полупальцах.

Перестроения из 4 линий в 2 линии, затем в 2 круга.

Практика. Рисунок танца с выполнением танцевальных шагов.

Ожидаемые результаты: Дети научатся работать с полотном. Выполнять движения синхронно, выполнять композиционные перестроения под музыкальное сопровождение.

Формы контроля: Наблюдение за выполнением. Открытые показы на утреннике.

Тема №5 Танец «Звездопад»

Теория: Показ танцевальных движений, композиционных перестроений.
Практика. Работа над рисунком танца. Звездочка большая, звездочка малая, воротники». Перестроения 4 линии, 2 круга, 2 круга, 1 круг.
Работа над рисунком и основными движениями: Шаг противопологом, шаг змейкой, кружения на полупальцах, бег на носочках.
Ожидаемые результаты: Дети будут выполнять танцевальные шаги. Выполнять движения синхронно, выполнять композиционные перестроения под музыкальное сопровождение.
Формы контроля: Наблюдение за выполнением. Открытые показы на утреннике.

Тема №9 Танец «Детское танго»

Теория: Показ основных движений «Танго».
Практика. Работа над основными движениями танца. Шаг танго, выставление ноги на носок в сторону, скрестный шаг. Работа над сюжетной композицией танца. Выполнять движения в парах.
Ожидаемые результаты: Дети научатся выполнять шаг «танго» в парах. Выполнять движения синхронно, выполнять композиционные перестроения под музыкальное сопровождение.
Формы контроля: Наблюдение за выполнением. Открытые показы на утреннике.

Тема №12 Танец «Вальс»

Теория: Показ основных движений вальса.
Практика. Вальсовый шаг по квадрату и вальсовая дорожка, вращение в парах, рисунок танца.
Ожидаемые результаты: Дети научатся выполнять вальсовую дорожку, вальсовые вращения, вальсовый шаг по квадрату.
Формы контроля: Наблюдение за выполнением. Открытые показы на утреннике

Раздел 5 Игровой стретчинг

Тема №1 Комплекс №1 «Весёлое путешествие»

Практика. Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса. Шаг простой, на носочках, крадущийся, «Достань до солнышка», «Уголок лёжа», «Уголок сидя», «Берёзка», «Ножницы», «Облака».
Ожидаемые результаты: сформируют навыки самостоятельного выражения имитационных движений, разовьют воображение, слуховое внимание, память, укрепят опорно-двигательный аппарат.
Формы контроля: открытый показ.

Тема №2 Комплекс №2 «Магазин игрушек»

Практика: Упражнения на равновесие «Солдатык», «Балерина», «Юла».
Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса «Бегемотик», «Верблюды», «Кукла».
Ожидаемые результаты: сформируют навыки самостоятельного выражения

имитационных движений, разовьют воображение, слуховое внимание, память, укрепят опорно-двигательный аппарат.

Формы контроля: открытый показ.

Тема №3 Комплекс №3 «Сказочный лес»

Ожидаемые результаты: сформируют навыки самостоятельного выражения имитационных движений, разовьют воображение, слуховое внимание, память, укрепят опорно-двигательный аппарат.

Формы контроля: открытый показ.

Тема №14 Комплекс №4 «В поисках друзей»

Практика. Выполнять упражнения «Мышка», «Лисичка», «Бегемотик», «Верблюд», «Бабочка», «Клоун», «Кошка», «Собака», «Слон».

Ожидаемые результаты: сформируют навыки самостоятельного выражения имитационных движений, разовьют воображение, слуховое внимание, память, укрепят опорно-двигательный аппарат.

Формы контроля: открытый показ.

1.4 Планируемые результаты

- научатся определять характер музыки словами (спокойный, плавный и т.д.);
- научатся правильно определять сильную долю в музыке и различать длительности нот;
- будут различать народную и классическую музыку;
- научатся выполнять основные движения упражнений под музыку на 2/4 и 4/4;
- научатся начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- будут уметь координировать движения рук, ног, головы при ходьбе, беге, галопе;
- будут уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;
- будут четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
- научатся владеть движениями с обручем, мячом, гимнастической палкой.
- научатся свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положения
- научатся работать в паре и синхронизировать движения.

Блок №2 «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

2.1 Календарный учебный график

Продолжительность учебного года	01.10.2019 по 31.05.2020
Количество учебных недель	32 недели
Количество учебных часов	64 (1 час равен 1 учебному часу в соответствии с возрастом ребенка согласно п.12.13 СанПиН 2.4.1.2660-10)
Режим работы кружка	2 раз в неделю 17.00-17.30
Продолжительность каникул	С 01.01.2019 по 08.01.2020

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Октябрь							
1		2.10	17.00-17.30	Практическое занятие	Вводное занятие Общие правила техники безопасности на занятиях в спортивном зале. Что такое ритмическая гимнастика?	Спортивно-актовый зал	
2		7.10	17.00-17.30	Практическое занятие	Ориентационные упражнения: вправо-влево, вперёд-назад, вниз-вверх, в круг, из круга, по кругу.	Спортивно-актовый зал	
3		9.10	17.00-17.30	Практическое занятие	Движения народного танца «ковьярялочка», «моталочка», «тройной притоп», «ёлочка».	Спортивно-актовый зал	
4		14.10	17.00-17.30	Практическое занятие	Работа с мячом. Броски и ловля мяча в парах.	Спортивно-актовый зал	
5		16.10	17.00-17.30	Практическое занятие	Танец «Чародей листопад»»	Спортивно-актовый зал	
6		21.10	17.00-17.30	Практическое занятие	Отбивы мяча двумя руками, затем одной	Спортивно-актовый зал	

				и, наконец, попеременно правой и левой рукой.	актовый зал	
7		24.10	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Танец «Чародей листопад» Показ на осеннем празднике
8		23.10	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №1
9		28.10	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №1
10		30.10	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №1
Ноябрь						
1		6.11	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Передвижения парами по кругу с различным положением рук..
2		8.11	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Простой русский шаг, тройной шаг.
3		11.11	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Работа с мячом. Круги и махи с мячом. Конкурс «Весёлый»

				е занятия е					МЯЧ»
4			13.11	17.00-17.30	Практическое занятия е	1 час	Танец «Чародей листопад»	Спортивно-актовый зал	
5			18.11	17.00-17.30	Практическое занятия е	1 час	Работа с мячом. Танцевальные шаги с мячом.	Спортивно-актовый зал	
6			20.11	17.00-17.30	Практическое занятия е	1 час	Танец «Чародей листопад»»	Спортивно-актовый зал	
7			25.11	17.00-17.30	Практическое занятия е	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №2	Спортивно-актовый зал	
8			27.11	17.00-17.30	Практическое занятия е	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №2	Спортивно-актовый зал	

Декабрь							
1	2.12	17.00-17.30	Практические занятия	1 час	Перестроения. Из 1 линии в 2, из 2 линий в 4.	Спортивно-актовый зал	
2	4.12	17.00-17.30	Практические занятия	1 час	Тройной шаг с притопом, переменный.	Спортивно-актовый зал	
3	9.12	17.00-17.30	Практические занятия	1 час	Работа с гимнастической палкой. Упражнения с различным хватом: узкий, широкий, сомкнутый, хват снизу, хват сверху, скрестный хват.	Спортивно-актовый зал	
4	11.12	17.00-17.30	Практические занятия	1 час	Танец «Звездопад»	Спортивно-актовый зал	
5	16.12	17.00-17.30	Практические занятия	1 час	Работа с гимнастической палкой. Вращения палки в горизонтальной плоскости, прыжки через палку.	Спортивно-актовый зал	
6	18.12	17.00-17.30	Практические занятия	1 час	Ритмический танец «Звездопад»	Спортивно-актовый зал	Показ на новогоднем

				е занятия е					празднике
7		23.12	17.00- 17.30	Практическое занятия е	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №2	Спортивно-актовый зал		
8		25.12	17.00- 17.30	Практическое занятия е	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №2	Спортивно-актовый зал		
Январь									
1		10.01	17.00- 17.30	Практическое занятия е	1 час	Шаг танго вперёд, назад, шаг по кругу.	Спортивно-актовый зал		
2		13.01	17.00- 17.30	Практическое занятия е	1 час	Перестроения «звёздочка маленькая, звёздочка большая», «воротики», «змейка».	Спортивно-актовый зал		
3		15.01	17.00- 17.30	Практическое занятия е	1 час	Работа с гимнастической палкой в положении сидя.	Спортивно-актовый зал		

4	20.01	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Ритмический танец «Звездопад»	Спортивно-актовый зал	
5	22.01	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Работа с гимнастической палкой в положении лёжа.	Спортивно-актовый зал	Конкурс «Я гимнастка»
6	27.01	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Ритмический танец «Звездопад»	Спортивно-актовый зал	
7	29.01	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №3	Спортивно-актовый зал	
Февраль							
1	3.02	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Перестроения диагональ, клин, шахматный порядок. под музыкальное сопровождение со сменой направляющего.	Спортивно-актовый зал	
2	5.02	17.00-	Практи	1 час	Выполнять шаг полки по одному и в	Спортивно-	

			17.30	ическо е занятия е		парах. Подскоки в парах по кругу и вокруг себя.	актовый зал	
3	10.02	17.00- 17.30	1 час	Практ ическо е занятия е	Работа со скакалкой. Махи и вращения, прыжки через большую скакалку.	Спортивно- актовый зал	Комбинация упражнений на празднике 23 февраля.	
4	12.02	17.00- 17.30	1 час	Практ ическо е занятия е	Танец «Детское танго»	Спортивно- актовый зал		
5	17.02	17.00- 17.30	1 час	Практ ическо е занятия е	Работа со скакалкой. Выполнять прыжки с вращением скакалки вперед и назад, переводы скакалки.	Спортивно- актовый зал		
6	19.02	17.00- 17.30	1 час	Практ ическо е занятия е	Танец «Детское танго»	Спортивно- актовый зал		
7	24.02	17.00- 17.30	1 час	Практ ическо е занятия е	Игровой стретчинг Комплекс №3			

8	26.02	17.00-17.30	Практические занятия	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №3				
Март									
1	2.03	17.00-17.30	Практические занятия	1 час	Вальсовый шаг по квадрату, вальсовая дорожка.	Спортивно-актовый зал			
2	4.03	17.00-17.30	Практические занятия	1 час	Выполнять движения в 2 кругах противходом со сменной партнёра.	Спортивно-актовый зал			
3	11.03	17.00-17.30	Практические занятия	1 час	Работа с лентой. Махи в боковой и лицевой плоскости, махи с шагами, выполнять восьмёрку, спираль, и змейка.	Спортивно-актовый зал			
4	16.03	17.00-17.30	Практические занятия	1 час	Танец «Детское танго»	Спортивно-актовый зал	Показ на утреннике		
5	18.03	17.00-	Практи	1 час	Работа с лентой. Выполнять круги в	Спортивно-			

			17.30	ическо е занятия е		боковой и горизонтальной плоскости, бег с лентой, движения восьмёрка, спираль, змейка.	актовый зал	
6	23.03	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Танец «Вальс»	Спортивно-актовый зал		
7	25.03	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №3	Спортивно-актовый зал		
8	30.03	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №3	Спортивно-актовый зал		
Апрель								
1	6.04	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Весёлые перестроения. Все виды перестроений, изученных за год.	Спортивно-актовый зал		
2	8.04	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Выполнять вальсовую дорожку, кружение в парах.	Спортивно-актовый зал		

3			13.04	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Работа с обручем. Вращения на руке, со сменной ведущей руки, вращение на талии	Спортивно-актовый зал		
4			15.04	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Танец «Вальс»	Спортивно-актовый зал		
5			20.04	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Работа с обручем. Прыжки вертикальные, боковые и танцевальные шаги с обручем	Спортивно-актовый зал		
6			22.04	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Танец «Вальс»	Спортивно-актовый зал		
7			27.04	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Работа с обручем. Вращения на руке, со сменной ведущей руки, вращение на талии.	Спортивно-актовый зал	Конкурс «Изящный обруч»	

8	29.04	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №4	Спортивно-актовый зал	
Май							
1	6.05	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Весёлые перестроения. Все виды перестроений, изученных за год.	Спортивно-актовый зал	
2	8.05	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Танцевальная азбука. Виды танцевальных шагов.	Спортивно-актовый зал	
3	13.05	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Работа с мячом.	Спортивно-актовый зал	Отчётное занятие
4	18.05	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №4 Работа с лентой.	Спортивно-актовый зал	Отчётное занятие
5	20.05	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Работа со скакалкой.	Спортивно-актовый зал	Отчётное занятие

6			25.05	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Игровой стретчинг Комплекс №4	Спортивно-актовый зал	Отчётное занятие
7			27.05	17.00-17.30	Практическое занятие	1 час	Итоговое занятие «Танцевальный калейдоскоп»	Спортивно-актовый зал	Отчётное занятие

2.2 Условия реализации программы

Занятия проводятся в спортивно-актовом зале, площадью _____.

Материально-техническое обеспечение программы

Перечень оборудования спортивно-актового зала:

- мультимедиа-проектор;
- музыкальный центр;
- маты гимнастические;
- гимнастические скамейки;
- гимнастические коврики;
- детские музыкальные инструменты(треугольники, бубенцы, ксилофоны, -маракасы, ритмические палочки, ложки);
- платочки разных цветов (размер 20-25 см);
- шарфы-органза цветные;
- обручи лёгкие пластмассовые;
- гимнастические палки
- скакалки
- мячи диаметром 10и 25 см
- полотна цветные на гимнастической палке
- комплект CD-дисков по программе «Ритмическая мозаика»А. Бурениной --
- комплект CD- дисков по программе «Ритмика» Т. Суворовой

Обязательная одежда и обувь для занятия:

Для девочек:

Гимнастический купальник, балетки белого цвета, носки или лосины. Волосы должны быть собраны в пучок.

Для мальчиков:

Футболка белого цвета, шорты темного цвета, балетки белого или черного цвета.

Методическое обеспечение программы:

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000.
2. Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006.
3. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006.
4. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006.
5. Раевская Е.П., Руднева С.Д., Соболева Г.Н., Ушакова З.Н. Название: Музыкально-двигательные упражнения в детском саду
Издательство: Просвещение

2.3 Формы аттестации

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проходит в форме открытого занятия для родителей на конец учебного года.

А также проходит промежуточная аттестация показ хореографических номеров на праздниках, проходимых в детском саду: осенний праздник,

новый год, праздник 8марта.

Ещё одна из форм аттестации - выступление детей на сцене « Центра культуры и досуга Мордовского района».

2.4. Оценочные материалы

Методика выявления уровня музыкально-ритмических способностей разработана на основе методик А.Н. Зиминной и А.И. Бурениной.

Проведение данной диагностики необходимо для:

- выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;
- проектирования индивидуальной работы;
- оценки эффекта педагогического воздействия.

В процессе оценки параметров, определяющих уровень музыкально-ритмических способностей, используется 5-бальная шкала.

Параметры	Критерии		
	5 баллов	2-4 балла	0-1 балл
Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом (оценивается в процессе самостоятельного исполнения).	Движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами.	Передают только общий характер, темп и метроритм.	Движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а так же на счет и показ взрослого.
Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (оценивается по внешним проявлениям).	Проявление некоторых характерологических особенностей ребенка (данный параметр не учитывается в среднем показателе):		
	Общительны, экстраверты, часто подпевают во время движения, после выполнения упражнения ждут оценки педагога.		Скованны, интроверты, бедная мимика, невыразительные движения, тревожны в эмоциональном фоне.

Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных музыкальных движений.	Выразительны в движениях, нестандартны в выборе пластических средств, увлечены процессом движения под музыку.	Применяют уже знакомые движения в импровизации, но не могут придумать свои оригинальные «па».	Невыразительны в движениях, не заинтересованы в танцевальных импровизациях.
--	---	---	---

Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения.	Правильно выполняют ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно.	Выполняют ритмическую композицию от начала до конца с некоторыми подсказками.	Затрудняются в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.
Память – способность запоминать музыку и движения (музыкальная, двигательная, зрительная память).	Запоминают с 3-5 исполнений по показу.	Испытывают потребность в большем числе повторений.	Не способны запомнить последовательность движений.
Подвижность нервных процессов – скорость двигательной реакции на изменения музыки.	Исполнение упражнений соответствует музыке; подчиняют движения темпу, ритму, динамике.	Иногда отмечается небольшое запаздывание или торопливость в движениях.	Отмечается сильное запаздывание либо ускорение, торопливость в движениях
Координация, ловкость движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений, правильное сочетание рук и ног при ходьбе.	В движениях присутствует точность, ловкость, хорошая координация при выполнении упражнений.	Отмечается некоторое нарушение в точности, ловкости, координации.	Движения не точные, нарушена координация рук и ног при выполнении упражнений.
Гибкость, пластичность – мягкость, плавность и	Движения рук мягкие, пластичные,	Отмечается некоторая угловатость в	Отсутствует мягкость и плавность

музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения.	позвоночник достаточно гибок для выполнения несложных акробатических упражнений.	движениях.	движениях рук, подвижность суставов, позвоночник не гибок, что затрудняет выполнение несложных акробатических упражнений.
---	--	------------	---

В результате диагностики подсчитывается средний суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии музыкально-ритмических способностей ребенка и составляется график показателей развития.

2.5 Методические материалы.

№п/п	Название раздела	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения	Формы подведения итогов
1	Упражнения на развитие ориентировки в пространстве.	Цветные флажки, платочки, кубики. Т.И. Суворова «Танцевальная ритмика» Диски	Наглядно-практический	
	Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов)	Т.И. Суворова «Танцевальная ритмика» Диски	Наглядно-практический	
	Работа с предметом	Гимнастические палки, обручи, мячи, скакалки, гимнастические ленты.	Наглядно-практический	
	Хореографические	Разноцветные полотна длина 3	Наглядно-	

	постановки	метра, осенние листа формата А3.,макеты звезд, цветы. Аудиоприложение. «Чародей листопад» Ю. Селивёрстова «В ритме танца» А. Гросу «Танго» диск «Танцевальная ритмика» Т. Суворова «Сиреневый вальс» Ю. Селивёрстова	практический	
	Партерная гимнастика	Диски комплексом гимнастики.	с Наглядно- практический	

2.6 Список литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000.
2. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967.
3. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006.
4. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005.
5. Каплунова И., Новоскольцева И. Потанцуй со мной, дружок: методическое пособие для музыкальных руководителей детских садов, учителей музыки, педагогов / И. Каплунова, И. Новоскольцева. – СПб: Невская НОТА, 2010.
6. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000.

7. Савчук О. Школа танцев для детей -Спб.: Ленинградское издательство, 2009.
8. Сауко Т.Н, Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально–ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.
9. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006.
- 10.Суворова Т.И. Танцуй, малыш!. – СПб.:Музыкальная палитра, 2006.
- 11.Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006.
- 12.Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006.