

ПРИНЯТ  
на заседании педагогического совета  
Протокол №1  
от 29.08.2024

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим МАДОУ «Д/с №7»  
Приказ №90 от «29» августа 2024

**Дополнительная образовательная  
общеразвивающая программа  
«Танцующие искорки»  
(для детей 5 –6 лет)**

*муниципального автономного дошкольного образовательного  
учреждения муниципального образования «город Бугуруслан»  
«Детский сад общеразвивающего вида №7» с приоритетным  
осуществлением познавательно-речевого развития  
воспитанников  
на 2024-2025 учебный год*



Бугуруслан, 2024

<b>ОГЛАВЛЕНИЕ</b>		
<b>I.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	
1.1.	Пояснительная записка	
1.1.1.	Основная идея Программы	
1.1.2.	Цели и задачи реализации Программы	
1.1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы	
1.1.4.	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики	
1.1.5.	Планируемые результаты освоения Программы	
<b>II.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
2.1.	Описание образовательной деятельности	
2.1.1.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	
2.1.2.	Способы и направления поддержки детской инициативы. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов	
2.1.3.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	
<b>III.</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
3.1.1.	Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания	
3.1.2.	Научно-методическое обеспечение образовательной программы	
3.1.3.	Время и сроки реализации образовательной программы	
3.1.4.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	
<b>IV.</b>	<b>Дополнительный раздел</b>	
<b>V.</b>	<b>Литература</b>	

# **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

## **1.1. Пояснительная записка**

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно интересен и привлекателен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях хореографией дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам.

Необходимо развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Дополнительная программа дошкольного образования «Танцующие искорки» составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон об образовании в «Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Постановлением Глав государственного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. №26 г. Москвы «Об утверждении СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 №1008 2 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

В основу создания данной программы положена программа «Ритмическая мозаика», разработанная А. И. Бурениной, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста. Назначение программы – осуществление хореографического образования дошкольников в свободное время, более широкое приобщение воспитанников к искусству.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение. Ее отличительными особенностями является:

- активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса;
- значительная часть практических занятий.

Особенность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм, разработке репертуара, пополнении репертуарного багажа, ориентируясь на возможности конкретных детей. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию, обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства - в этом и заключается педагогическая целесообразность разработанной программы по обучению хореографии.

Целостный музыкальный образ передается разнообразными пластическими средствами, требующими как свободного владения телом, так и тонкого музыкального слуха, богатого воображения и фантазии, более глубокого постижения содержания музыки.

Акцентирование внимания педагога происходит не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (т. е. формирование двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движений под музыку. Движение всегда эмоционально окрашено, осмыслено. Чтобы понять, из чего состоит чувство ритма, следует начать с разложения на части движения, его переживания и осмысления, и самой очевидной характеристикой движения будет темп. Движения бывают величавые и спокойные, в этом случае темп будет медленным. Быстрые движения тоже имеют свой характер. Они особенно склонны к инерции, к самопроизвольному и бесконечному продолжению. По двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребенка.

### **1.1.1. Основная идея Программы**

Раздел музыкально-ритмического воспитания на музыкальных занятиях сдержан в объеме, т.к. является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографическому направлению, более широко, тщательно отбирая то, что доступно детям 5-7 лет. Программа поможет дошкольникам творчески самовыразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики, импровизации. Кроме того, педагогическая целесообразность образовательной программы дошкольного образования заключается в формировании у воспитанников чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самостоятельного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в

коллективном постановочном процессе танцевального номера, с другой стороны.

Занятия танцами формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение, как средство воспитания самосознания. Прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивает и внутренне обогащает, прививает умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Данная программа позволяет воспитанникам, посещающим танцевальный кружок, научиться некоторым танцевальным элементам разных народов мира, расширять свой интеллектуальный кругозор. Дети учатся передавать характер, сюжет танца. Движения построены «от простого к сложному», подготавливают организм к физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, шеи, рук, способствуют координации и ловкости.

### **1.1.2. Цели и задачи реализации программы**

**Цель программы** - создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- расширение знаний детей об окружающей действительности;
- приобщение к танцевальному искусству, расширение знаний о танцах;
- побуждение к импровизации под музыку, сочинению собственных композиции из знакомых движений, придумыванию своих оригинальных движений в импровизации;
- формирование навыков основных танцевальных движений: прямой и боковой галоп, приставной шаг, шаг с притопом, шаг на внутренней и внешней стороне стопы, шаг с перекатом, пружинка с поворотом, выбрасывание ног в прыжке, ковырялочка через прыжок, присядка, дробный шаг в разных вариантах;

**Развивающие:**

- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения, то есть побуждать детей к творчеству;
- развитие творческой самостоятельности в создании художественного образа танца;
- обучение детей приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;

- развивать чувство ритма, темпа, координацию и свободу движений;
- развитие у детей активности и самостоятельности, коммуникативных способностей;

#### **Воспитательные:**

- формирование общей культуры личности ребенка, способностей ориентироваться в современном обществе;
- формирование нравственно-эстетических отношений между детьми и взрослыми;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве;

#### **Сроки реализации программы:**

Программа рассчитана на 2 года обучения.

Программа предполагает 2 занятия в неделю во 2 половине дня.

Продолжительность занятия:

Старшая группа – 35 минут

Подготовительная группа – 40 минут

Общее количество человек в группе 15-20.

### **1.1.3. Принципы и подходы к формированию Программы**

В основу программы заложены следующие основные принципы:

- построения деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- личностно-развивающего и гуманистического взаимодействия ребенка и взрослого, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержки инициативы ребенка, уважение его личности;
- сотрудничества с семьей, обеспечения единства подхода к воспитанию детей в условиях дополнительного образования;
- формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах танцевальной деятельности;
- воспитания у детей в процессе обучения танцам любви к прекрасному в жизни, искусстве, тем самым обогащая духовный мир ребенка;
- последовательности и систематичности в разучивании танцев от простого к сложному. Постепенный переход от усвоенного материала к новому;
- подбора танцевальных движений и музыки в соответствии с возрастными особенностями детей;
- наглядности: в процессе обучения главную роль играет звуковая и зрительная наглядность. Основной прием наглядности: показ, исполнение педагогом;

- прочности: разученные танцы детьми через некоторое время забываются, если их систематически не повторять. Закрепление танцев должно быть не просто механическим повторением, а сознательным его воспроизведением.

В программе учитываются следующие подходы:

- личностно-ориентированный подход: ставит в центр образовательной системы личность ребенка, развитие его индивидуальных особенностей;
- деятельностный подход: предполагает, что в основе развития лежит не пассивное созерцание окружающей действительности, а активное и непрерывное взаимодействие с ней. Совместная деятельность ребенка выстраивается на основе сотрудничества с педагогом;
- системный подход: организация образовательного процесса, в котором главное место отводится активной и разносторонней, в максимальной степени самостоятельной, познавательной деятельности ребенка. Его ключевым моментом является постепенный уход от информационного репродуктивного знания к знанию действия. Это подход к организации процесса обучения, в котором на первый план выходит проблема самоопределения ребенка в учебном процессе;
- индивидуальный подход: выражается в том, что общие задачи воспитания, которые стоят перед педагогом, работающим с коллективом детей, решаются им посредством педагогического воздействия на каждого ребенка, исходя из знания его психологических особенностей и условий жизни.

#### **1.1.4. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики**

Дошкольный возраст является важнейшим в развитии человека, так как он заполнен существенными физиологическими, психологическими и социальными изменениями. Это период жизни, который рассматривается в педагогике и психологии как самоценное явление со своими законами. Возрастные особенности детей 5-7 лет позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений.

Основным направлением в работе с детьми старшего дошкольного возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений. Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, комбинации различных танцевальных движений и перестроений. Детям предлагаются более сложные композиции, яркие,

контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

### **1.1.5. Планируемые результаты освоения Программы**

- дети выразительно, свободно, самостоятельно двигаются под музыку;
- умеют точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;
- владеют навыками различных видов передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений и танцевальных упражнений;
- выполняют танцевальные движения: поочередное выбрасывание ног вперед в прыжках, приставной шаг с приседанием, с продвижением вперед, кружение, приседание и выставление ноги вперед, шаг навсей ступне на месте, с продвижением вперед, выполняют различные построения и перестроения: в колонну, в шеренгу, по диагонали, в рассыпную, по линии танца, противоположно и т.д.
- владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения;
- знают различные элементы танцев;
- самостоятельно исполняют танцы под музыку.
- проявляют стойкий интерес и потребность к музыкально-ритмическим занятиям;
- хорошо ориентируются в пространстве зала;
- проявляют такие личностные качества, как уверенность, целеустремленность, активность, желание показать свои достижения зрителям, сосредоточенность, устойчивость внимания, улучшение запоминания и воспроизведения, проявление творческого воображения.



## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Описание образовательной деятельности.

#### Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»:

- продолжать развивать интерес детей к музыкальной деятельности; умение выразительно выполнять движения, в том числе без музыки; умение детей самостоятельно подбирать и использовать средства выразительности в музыке;
- вызывать положительный эмоциональный отклик на предложение танцевать;
- развивать эстетическое восприятие, образные представления, воображение, эстетические чувства, художественно-творческие способности; желание использовать в хореографии разнообразные движения, обращать внимание на многообразие музыки и танца. Обогащать представления детей о хореографическом искусстве как основе развития творчества;
- формировать у детей чувство ритма и пластику;
- формировать умение танцевать в коллективе, ориентируясь на товарищей по танцу, проявлять дружелюбие при оценке работ других детей;
- закреплять умение сохранять правильную позу при выполнении движений: не горбиться, держать осанку.

#### Проектирование образовательной работы по программе

№ П/п	Тема занятия	Программное содержание	Кол-во часов
<b>Старшая группа (5-6 лет)</b>			
1.	Сентябрь	<i>1.Диско-разминка:</i> <i>1-2 неделя:</i> Ходьба на носочках, руки на поясе. Ходьба на пятках, руки согнуты в локтях. Подскоки. Боковой галоп правым и левым боком. Ходьба «пауки» (животом вверх), передвигаться ногами вперед. Быстрый бег (2-3 круга). Дыхательные упражнения. Ходьба «обезьянки» (руки и ноги согнуты), передвигаться быстро на каждый шаг. Ходьба «раки» (ходьба на четвереньках – И.п.: сидя на полу, руки сбоку на ладонях. 1 -перенести туловище к ступням ног; 2- и.п.). Ходьба «слоники» (ноги и руки прямые – высокие четвереньки). <i>3-4 неделя:</i> Бег с сильным сгибанием ног сзади. Бег, вынося ноги вперед. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. Ходьба с упражнениями для рук: руки вперед, руки вверх, руки в стороны, сжимая пальцы в кулак. Заключительная ходьба и речевка: Раз, два! – левой! Мы шагаем смело. Нам сейчас бы на парад. Каждый будет очень рад!	8

	<p><i>2.Игропластика:</i> «Качалочка» на гибкость – для мышц спины, ног: на лесной полянке играли медвежата, смешно покачиваясь на спине. Давайте попробуем и мы также покачаться! Лягте на спину, ноги вместе. Сгибая ноги, прижмите колени к груди и обхватите колени руками. Покачайтесь на спине вперед назад. Когда устанете - отдохните. Повторить 3 раза; «Цапля» на координацию – для мышц ног: стоя на правой ноге, согните левую ногу в колене, руки чуть в стороны, и постоит так немножко. А потом – на левой ноге.</p> <p>Когда цапля ночью спит - На одной ноге стоит. Не хотите ли узнать: Трудно ль цапле так стоять? А для этого нам дружно Сделать позу эту нужно.</p> <p><i>3.Танец «Капельки».</i> Знакомство и обучение движениям танца.</p> <p><i>4. Игра:</i> «Хитрая лиса». Дети становятся в круг. Выбирается водящий, у него в руках маленькая резиновая игрушка – лиса. У детей руки спрятаны за спину, глаза закрыты. Водящий идет за кругом, кладет кому-нибудь в руки игрушку и встает на место в круг. Дети открывают глаза и спрашивают 3 раза (в начале тихо, а потом громче): «Хитрая лиса, где ты?». Ребенок, у которого в руке игрушка, выходит в центр круга, поднимает игрушку вверх и говорит: «Я здесь!». Дети разбегаются, а лиса их ловит, дотрагиваясь игрушкой. Те, кого лиса коснулась, садятся на скамейку. После того, как лиса поймает 2-3детей, педагог произносит: «Раз, два, три – в круг скорей беги!» и игра начинается вновь.</p>	
2.	<p>Октябрь</p> <p><i>1.Диско-разминка:</i> Ходьба на носках, руки вверх. Ходьба на пятках спиной вперед. Ходьба, одна нога на пятке, другая на носке. Легкий бег. Ходьба приставляя пятку одной ноги к пальцам другой. Ходьба «раки» (ходьба на четвереньках – И.п.: сидя на полу, руки сбоку на ладонях. 1-перенести туловище к ступням ног; 2- и.п.). Боковой галоп вправо и влево. Ходьба «Слоники» (ноги и руки прямые – высокие четвереньки). Бег с сильным сгибанием ног сзади. Ходьба, пятки вместе носки врозь. Ходьба, носки вместе, пятки врозь (косолапий). Ходьба в полуприсяде, руки вперед. Бег, вынося ноги вперед. Ходьба спиной вперед. Легкий бег. Заключительная ходьба.</p> <p><i>2.Игропластика:</i> «Катание на морском коньке» на гибкость – для мышц живота, ног. Дети, лягте на спину. Представьте себе ровную водную гладь моря. Вдруг над водой появляется голова конька и всадника. Одновременным встречным движением рук и ног сядьте в «угол», руками обхватить колени. Наши ноги – это морские коньки, а мы всадники. Немного прокатились и погрузились в воду: легли на спину и расслабились. Повторить 3-4 раза ; «Стойкий оловянный солдатик» – для мышц спины, живота, ног. Плывет по реке лодочка, а в ней оловянный солдатик.</p>	8

		<p>Вдруг подул резкий ветер, и началась качка. Но ничего не страшно отважному солдатику. Хотите стать таким же стойким и сильным, как оловянный солдатик? Для этого встаньте на колени, руки плотно прижмите к туловищу. Дует сильный ветер. Наклонитесь назад, как можно ниже, держите спину прямо, а потом выпрямитесь. Повторите 3 раза. А теперь можно сесть на пятки и отдохнуть. Молодцы!</p> <p><i>3. Танец:</i> «Листик. Листик, листопад». Знакомство и обучение движениям танца.</p> <p><i>4. Игра:</i> «Угадай по голосу»: в середине круга стоит ребенок с закрытыми глазами. Дети взявшись за руки, идут по кругу со словами: «Мы по кругу идем, мы лисичку зовем». Останавливаются. Педагог показывает рукой на кого-нибудь ребенка, и тот спрашивает: «Хитрая лиса, где я?». Водящий с закрытыми глазами должен подойти к позвавшему его ребенку и сказать: «Вот, ты где!» и назвать имя.</p>	
3.	Ноябрь	<p><i>1. Дisko-разминка:</i></p> <p><i>1-2 неделя:</i> Ходьба на носках, руки разведены в стороны. Ходьба на пятках спиной вперед. Легкий бег. Ходьба в присяди. Боковой галоп. Ходьба «пауки» (животом вверх). Ходьба скрестным шагом вперед. Быстрый бег (1-2 круга). Дыхательные упражнения. Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед. Ходьба «слоники» (ноги и руки прямые – высокие четвереньки) ногами вперед. Бег с заданием (педагог поднимает бубен вверх, дети должны во время бега подпрыгнуть и достать рукой до бубна 2-3 раза). Ходьба в полном присяде. Дыхательные упражнения.</p> <p><i>3-4 неделя:</i> Ходьба на носочках, руки вверху. Ходьба на пятках, руки сзади, полочкой. Подскоки. Ходьба одна нога на пятке, другая на носочке. Легкий бег. Ходьба, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой. Ходьба «раки» (ходьба на четвереньках – И.п.: сидя на полу, руки сбоку на ладонях. 1-перенести туловище к ступням ног; 2- и.п.). Боковой галоп. Полуприседание, руки прямо. Быстрый бег (2-3 круга). Заключительная ходьба.</p> <p><i>2. Игропластика:</i> «Ловкий чертенок» – для мышц ног; координации. В маленькой шкатулке сидит чертенок, скрестив ноги. Стоит приоткрыть крышку, как он ловко встает во весь рост без помощи рук, быстро поднимая их вверх. Давайте попытаемся встать так же, как он. Сядьте на пол, скрестив ноги. А теперь встаньте без помощи рук несколько раз; «Растяжка ног» на гибкость – для мышц спины, ног. Сидя, согнуть правую ногу взяться руками за ступню. Попробуйте полностью выпрямить ногу, не теряя равновесия. То же повторить с левой ногой, или с двумя ногами.</p> <p><i>3. Танец:</i> «Мама». Знакомство и обучение движениям танца.</p> <p><i>4. Игра:</i> «Собери мячи». В центре зала большая корзина с мячами. Около корзины стоят дети. По сигналу воспитатель выбрасывает мячи из корзины, а дети - собирают. Игра продолжается 1 мин. По сигналу «Стоп!» игра прекращается. Если в корзине 7-8 мячей, то выиграли дети;</p>	8

		<p>«Удочка»: Играющие становятся в большой круг, в центре – взрослый с веревкой, на конце которой пришит мешочек с песком. Он вращает веревку так, чтобы мешочек касался пола, а дети подпрыгивают на двух ногах, стараясь не задеть мешочек. Сделав веревкой 2-3 круга, воспитатель делает паузу, во время которой подсчитывает количество детей, задевших мешочек – «пойманных на удочку» и дает необходимые указания по выполнению прыжков.</p>	
4.	Декабрь	<p><i>1.Диско-разминка:</i>  <i>1-2 неделя:</i> Ходьба на носках, руки на поясе. Подскоки. Ходьба, одна нога на пятке, другая на носке. Легкий бег. Ходьба пятки вместе, носки врозь (косолапить). Боковой галоп правым и левым боком. Ходьба «обезьянки» (руки и ноги согнуты), передвигаться быстро на каждый шаг. Ходьба приставным шагом. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, руки на поясе. Бег, высоко поднимая колени (лошадки). Ходьба с упражнениями для рук: руки вперед, вверх, в стороны, сжимая пальцы в кулаки на каждый шаг. Бег с изменением направления движения по сигналу свистка. Заключительная ходьба. Дыхательные упражнения.  <i>3-4 неделя:</i> Ходьба на пятках спиной вперед. Легкий бег. Ходьба в полуприсяди. Быстрый бег (2-3круга). Прыжки на правой и левой ноге. Ходьба «слоники» » (ноги и руки прямые – высокие четвереньки) ногами вперед. Бег с заданием: с разбега подпрыгнуть вверх и достать рукой в прыжке до бубна, который держит в руках взрослый, продолжать бежать(2-3раза). Заключительная ходьба. Дыхательные упражнения.  <i>2.Игропластика:</i> «Ах, ладошки, вы, ладошки!» – упражнение для осанки. Встаньте прямо и, заведя руки за спину, соедините ладони. Затем, вывернув сложенные руки пальцами вверх, расположите кисти так, чтобы мизинцы по всей длине касались позвоночника. Локти приподнять, спину выпрямить, плечи отвести назад. Удерживаем позу и повторяем: «Ах, ладошки, вы, ладошки! За спиной спрячем вас! Это нужно для осанки, это точно! Без прикрас!» Медленно опустите руки вниз, встряхните кистями рук и спокойно вздохните; «Карусель» – для мышц рук, ног, ягодиц; координации. Сядьте на пол, поднимите прямые ноги вверх. Опираясь руками о пол, начинайте поворачиваться вокруг себя с помощью рук. Закружилась карусель!  <i>3.Танец:</i> «Гумми-гном». Знакомство и обучение движениям танца.  <i>4.Игра:</i> «Мороз-Красный нос». Играющие стоят по кругу. Выбирается водящий – «Мороз-Красный нос». Он становится в центр круга и произносит слова: «Я – Мороз-Красный нос. Кто из вас решится в путь-дороженьку пуститься?». Играющие хором отвечают: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз». После слова «Мороз» дети разбегаются по залу, а водящий догоняет их, стараясь</p>	8

		коснуться рукой – «заморозить». «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулся водящий, и до окончания игры стоят, не двигаясь.	
5.	Январь	<p><i>1. Диско-разминка:</i></p> <p><i>1-2 неделя:</i> Ходьба на носочках, руки вверх. Ходьба по веревке прямо Ходьба на пятках. Подскоки. Ходьба: одна нога на пятке, другая на носке. Легкий бег. Ходьба «раки» (ходьба на четвереньках – И.п.: сидя на полу, руки сбоку на ладонях. 1-перенести туловище к ступням ног; 2- и.п.). Боковой галоп правым и левым боком. Ходьба в полуприсяди. Бег поднимая ноги вперед. Ходьба спиной вперед. Дыхательные упражнения.</p> <p><i>3-4 неделя:</i> Ходьба на пятках, руки согнуты в локтях. Подскоки. Ходьба, пятки вместе носки врозь. Ходьба «пауки» (животом вверх). Быстрый бег. Дыхательные упражнения. Ходьба «обезьянки» (руки и ноги согнуты), передвигаться быстро на каждый шаг. Ходьба приставным шагом. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, через предметы. Бег, меняя направление движения по сигналу взрослого. Заключительная ходьба.</p> <p><i>2. Игропластика:</i> «Маленький мостик» – для мышц рук, живота, ног; гибкости.</p> <p>Шли ежата по лесу. Перед ними – ручей. Как им перебраться через него? Давайте поможем им: построим мостики через ручей. Лягте на спину. Не отрывая плеч и ступней ног от пола, приподнимите туловище. Ладонями рук, согнутых в локтях, поддерживайте спину. Держите спину, пока ежата не перебегут на другой берег. Вот ежата и перебрались, а мы отдохнем. Повторить 3 раза.</p> <p>«Паровозик» – для мышц спины, ног, ягодиц. Сидя, ноги слегка согнуть, в коленях, а руки в локтях, прижимая их к туловищу. Поехали! Двигаемся по полу вперед, помогая только ногами. Руками делаем круговые движения, имитируя движение колес. Остановились, и поехали также назад.</p> <p><i>3. Танец:</i> «Тик-так, тикают часы». Знакомство и обучение движениям танца.</p> <p><i>4. Игра:</i> «Быстро возьми». Из кубиков образуют круг, но кубиков на два меньше количества играющих. Дети стоят по кругу. Педагог дает задание: бег (прыжки галопом, поскоки, бег спиной, прыжки на одной ноге или др.) Педагог говорит: «Быстро возьми!». Каждый из играющих должен взять один кубик. Тот, кто остался без предмета, считается проигравшим.</p>	8
6.	Февраль	<p><i>1. Диско-разминка:</i></p> <p><i>1-2 неделя:</i> Ходьба на пятках спиной вперед. Ходьба по канату. Легкий бег. Ходьба в полуприсяди, руки на поясе. Ползание на четвереньках. Прямой галоп правой и левой ногой. Ходьба перекатом с пятки на носок. Бег с заданием: взять кубик из корзины, пробежать с ним один круг и положить обратно в корзину. Заключительная ходьба.</p> <p><i>3-4 неделя:</i> Ходьба на носках, руки на пояс. Ходьба на</p>	8

		<p>пятках, руки сзади «полочкой». Подскоки. Ходьба одна нога на пятке, другая на носке. Легкий бег. Ходьба, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой. Бег с сильным сгибанием ног назад. Прыжки через обручи на двух ногах. Бег с выносом прямых ног вперед. Заключительная ходьба.</p> <p><i>2.Игропластика:</i> «Лодочка» – для мышц живота, спины, ног, рук; гибкости. Предлагаю отправиться в морское путешествие. Но сначала построим «лодочки». Ляжем на живот, руки и ноги немного разведем в стороны. Поднимите голову, руки и ноги вверх. Вот вы – разные лодочки. Покачайтесь на волнах; «Насос» – для мышц ног, спины; гибкости.</p> <p>Как работает насос? Это вовсе не вопрос.</p> <p>Все на корточки присели, Будто птички прилетели.</p> <p>А затем по счету «Раз», Ноги выпрямили в раз.</p> <p>На счет «Два» – скорей обратно. И так нужно многократно.</p> <p><i>3.Танец:</i> «<i>Волшебные фонарики</i>». Знакомство и обучение движениям танца.</p> <p><i>4.Подвижная игра:</i> «Снежная королева». Из числа играющих выбирается водящий – Снежная королева. Дети разбегаются по площадке, а Снежная королева старается дотронуться до них. Тот, кого она коснулась, превращается в льдинку и должен уйти в ее царство (сесть на скамейку); «Ловишки с ленточкой». Играющие прикрепляют сзади цветные ленточки. Выбирается водящий. Дети хором говорят: «Раз, два, три - лови!» и разбегаются, а водящий, бегая за детьми, старается вытянуть у кого-либо ленточку. Тот, кто лишился ленточки, отходит в сторону. « Раз, два, три, в круг быстрее беги!» - произносит педагог, все играющие должны быстро встать в круг. Водящий подсчитывает ленточки и возвращает детям. Игра повторяется с другим водящим.</p>	
7.	Март	<p><i>1.Диско-разминка:</i></p> <p><i>1-2 неделя.</i> Ходьба на носочках, руки на поясе. Ходьба по веревке, приставляя пятку к одной ноге к пальцам другой). Легкий бег. Ходьба, пятки вместе, носки врозь. Ходьба пятки врозь, носки вместе (косолапость). Боковой галоп правым и левым боком. Ходьба «пауки» (животом вверх). Легкий бег. Ходьба «обезьянки» (руки и ноги согнуты), передвигаться быстро на каждый шаг, бежать в быстром темпе. Бег спиной вперед. Ходьба на пятках, руки согнуты в локтях. Прыжки на правой и левой ноге поочередно. Ходьба в полуприсяди, руки вытянуты вперед. Прямой галоп. Заключительная ходьба.</p> <p><i>3-4 неделя:</i> Ходьба на носках, руки разведены в стороны. Ходьба на пятках спиной вперед. Легкий бег. Ходьба в полуприсяди, руки на поясе. Боковой галоп правым и левым боком. Ходьба «пауки» (животом вверх). Быстрый бег. Прыжки на правой и левой ноге. Ходьба на одной пятке, другая на носке. Легкий бег. Дыхательные упражнения.</p> <p><i>2.Игропластика:</i> «Ракета» – для мышц рук, спины, живота, ног; координации. Сейчас мы будем готовить ракету к</p>	8

		<p>полету. Лежа на спине, плавно поднимаем ноги вверх. Упираясь руками в поясницу, поднимаем нижнюю часть туловища. Ноги тянуть вверх, выпрямляя их. Ракета готова к старту! Три, два, один – пуск! Опускаемся: ложимся на спину и отдыхаем перед следующим запуском. Повторить 3 раза; «Экскаватор» – для мышц спины, живота, ног; гибкости. Давайте поиграем «в экскаватор». Лягте на спину, руки вдоль туловища, ладони на полу, ноги согнуты в коленях. Экскаватор к работе готов! Начинаем поднимать ноги за голову, постепенно выпрямляя их. Удерживаем позу, пока из «ковша», земля высыпается в кузов машины. И так несколько раз.</p> <p><i>3. Танец: «Солнышко».</i> Знакомство и обучение движениям танца.</p> <p><i>4. Игра малой подвижности: «Щука».</i> Дети становятся в круг. Выбирается «щука». Она выходит на середину круга. На первые две строчки предложенного ниже текста дети на каждое слово перекатывают мяч друг другу через центр мимо «щуки». На слова третьей строчки мяч катится к «щуке». Она берет его в руки и произносит текст, разглядывая мяч. Потом ударяет несколько раз мячом об пол и передает детям, которые продолжают перекатывать друг другу на последние три строчки. После слов «Тебе водить!», ребенок, у которого оказался мяч, выходит на середину. Он становится «щукой».</p> <p>Мимо леса, мимо дач Плыл по речке красный мяч. Увидала щука: «Что это за штука?» Хвать, хвать - не поймать. Мячик вынырнул опять. Он пустился дальше плыть, Выходи, тебе водить!</p>	
8.	Апрель	<p><i>1. Диско-разминка:</i> <i>1-2 неделя:</i> Ходьба на носочках, руки на поясе. Легкий бег. Ходьба пятки вместе, носки врозь. Ходьба пятки врозь, носки вместе (косопальцы). Боковой галоп правым и левым боком. Ходьба «Пауки» (животом вверх). Быстрый бег. Дыхательные упражнения. Ходьба «Обезьянки» (руки и ноги согнуты), передвигаться быстро на каждый шаг, бежать в быстром темпе. Бег спиной вперед. Ходьба приставным шагом. Прыжки на двух ногах, руки на поясе. Ходьба в полуприсяди, руки вытянуть вперед. Бег с высоко поднятыми коленями. Ходьба с упражнениями для рук: руки вперед; руки вверх; руки в стороны, сжимая пальцы рук в кулаки на каждый шаг. Бег со сменой направления движения по свистку; два свистка – повернуться кругом и продолжать бежать. Заключительная ходьба.</p> <p><i>3-4 неделя:</i> Ходьба на носках, руки в стороны. Ходьба на пятках спиной вперед. Легкий бег. Ходьба в полуприсяди, руки на поясе. Боковой галоп правым и левым боком. Ходьба «Пауки» (животом вверх). Ходьба скрестным шагом вперед. Быстрый бег. Дыхательные упражнения. Прыжки на</p>	8

		<p>правой и левой ноге. Ходьба «Слоники» ноги и руки прямые – высокие четвереньки) ногами вперед. Бег спиной вперед. Бег с заданием: не останавливаясь, взять 1 кубик из корзины, пробежать с ним один круг и положить обратно в корзину. Ходьба. Дыхательные упражнения.</p> <p><i>2. Игропластика:</i> «Крокодил» – для мышц рук, спины, ног. Лежа на животе, ноги вместе, руки полусогнуты в локтях. Походите по комнате, как крокодил по песчаному пляжу. Делайте остановки, чтобы посмотреть по сторонам, нет ли поблизости опасности; «Гусеница» – для мышц рук, ног. Встаньте на четвереньки. Подтяните колени к рукам, не отрывая ног от пола. А потом переставьте обе руки одновременно вперед, как можно дальше. Так и передвигается гусеница в поисках еды. А теперь вы все - гусеницы. Поползли!</p> <p><i>3. Танец:</i> «Радуга». Знакомство и обучение движениям танца.</p> <p><i>4. Подвижная игра:</i> «Меткий стрелок». Играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых рук. Водящий становится в центре круга. У ног его лежат 3-4 мяча. Водящий выполняет упражнения с мячом (отбивает рукой о пол, подбрасывает вверх, вращает пальцами рук, катает ногой и др.), играющие выполняют эти движения без мяча. После слов водящего «Раз, два, три - беги!», дети начинают бежать по кругу. Водящий, не сходя с места, бросает в играющих мячи один за другим. Затем, по сигналу воспитателя «Раз, два, три - в круг скорей беги!», дети снова образуют круг. Воспитатель объявляет количество детей, в которых попал водящий, выбирается новый водящий, и игра возобновляется.</p>	
9.	Май	Закрепление пройденного материала.	8
<b>Подготовительная группа (6-7 лет)</b>			
1.	Сентябрь	<p><i>1. Диско-разминка:</i> ходьба обыкновенная по кругу - следить за осанкой, учить двигаться в соответствии с характером музыки. Добиваться четкого, ритмичного и бодрого шага. Ставить ступни параллельно друг другу. Ходьба, повернувшись спиной по ходу движения, в кругу - учить ориентироваться в пространстве, бегать легко, непринужденно, не наталкиваясь друг на друга. Бег, высоко поднимая колени - чувствовать характер музыки и передавать его в движении. Учить бегать легко, ритмично. Ходьба на месте, сжимая и разжимая кулачки, плавно поднимая и опуская руки, - добиваться четкости при выполнении движений. Приседания - закреплять навык пружинящего движения, избегать напряженности в ступнях, коленях, бедрах, контролировать согласованность движений различных частей тела.</p> <p><i>2. Игропластика:</i> специальные упражнения для развития силы мышц.</p> <p>Морские фигуры: «Морская звезда»- лежа на животе,</p>	8



		<p>прогнувшись, руки в стороны, ноги врозь. «Морской конек» - сев на пятках, руки за голову. «Краб» - передвижение в упоре стоя, согнувшись, ноги согнуты врозь. «Дельфин» - лежа на животе, прогнувшись, руки вверх в «замок».</p> <p>3. Танец «Трубочист». Обучение движениям танца.</p> <p>4. Музыкально – подвижная игра «Зеркало».</p> <p>5. Игровой самомассаж: поглаживание рук и ног в обзорно-игровой форме «Ладочки-мочалка» (смываем водичкой руки и ноги).</p>	
2.	Октябрь	<p>1. Диска-разминка: ходьба на пятках, на внешней и внутренней сторонах стопы.</p> <p>Бег, резко вынося ноги вперед, затем назад, продолжать учить детей бегать легко, ритмично, отрываясь от пола как можно выше, не зажимать руки.</p> <p>Ходьба на месте, скрещивая руки перед собой, поднимая и опуская их, продолжать учить детей переносить вес тела с одной ноги на другую, не отрывая носков от пола, покачивая при этом бедрами. Координировать движения рук и ног.</p> <p>Ходьба на месте, вращая кисти рук, поднимая и опуская их.</p> <p>Прыжки - учить в прыжке выставлять поочередно правую и левую ногу.</p> <p>2. Игроритмика: «Снежинки», «Фонарики».</p> <p>Пружинки с покачиванием рук вправо, лево.</p> <p>Шаг вперед, руки вверх, шаг назад, руки вниз.</p> <p>Взмахи руками вверх поочередно, с пружинкой.</p> <p>Ходьба по кругу, оттягивая ноги.</p> <p>3. Танец: «Колосья». Разучивание движений «Танца с бусами»</p> <p>4. Музыкально - подвижная игра «Сад».</p> <p>5. Упражнения: на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.</p> <p>Речитатив:</p> <p>Подуем на плечо, подуем на другое.</p> <p>Нас солнце горячо пекло дневной порою.</p> <p>Подуем на живот, как трубка станет рот,</p> <p>А теперь на облака, и остановимся пока.</p>	8
3.	Ноябрь	<p>1. Диска-разминка: ходьба, высоко поднимая ноги в коленях, закреплять навык четкого ритмичного шага. Следить за осанкой и координацией движений. Ступни становить параллельно друг другу.</p> <p>Ходьба с носка на пятку, оттягивая носок ступни, плавно опускать ногу и передвигаться по залу.</p> <p>Подскоки, повернувшись лицом вперед по кругу, упражнять детей в сильном энергичном подскоке. Руки свободны.</p> <p>Приседания на пружинке, избегать напряженности в ступнях, коленях, бедрах. Закреплять навык пружинящего движения.</p> <p>Круговые движения бедрами, покачивать бедрами вперед-назад, вправо-влево. Закреплять умение переносить вес тела с одной ноги на другую.</p> <p>Прыжки «метелочка» поочередно на каждой ноге,</p>	8

		<p>совершенствовать умение прыгать, энергично отталкиваясь от пола.</p> <p>2. <i>Игроритмика</i>: хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта.</p> <p>3. <i>Танец</i>: «Капитошка». Разучивание движений танца «Куклы».</p> <p>4. <i>Креативная гимнастика</i>: «Творческая импровизация».</p> <p>5. <i>Пальчиковая гимнастика</i>: поочередное сгибание и разгибание пальцев в кулак.</p> <p>Этот пальчик хочет спать, Этот пальчик - прыг в кровать! Этот пальчик прикорнул. Этот пальчик уж заснул. Встали пальчики. Ура! В детский сад идти пора.</p>	
4.	Декабрь	<p>1. <i>Диско-разминка</i>: приставной шаг, повернувшись лицом (спиной) к центру круга, учить, на каждом шаге четко приставлять пятку к пятке. Шагать легко, слегка пружиня ноги. Корпус держать прямо, не поворачивая в сторону движения.</p> <p>Бег широким полетным движением, учить ритмично, большими прыжками, сильно взмахивая руками. Корпус слегка наклонять вперед.</p> <p>Покачивать руками и туловищем (обе руки в сторону), выполнять движения в полном расслаблении с полусогнутыми коленями. Правильно координировать движение рук и ног. Следить за тем, чтобы руки не были зажаты. Выполнять движение ритмично в соответствии с характером музыки.</p> <p>Прыжки: боковой галоп, повернувшись лицом (спиной) к центру круга; высокие прыжки, передавать в движении стремительный характер музыки. По окончании движения останавливаться прыжком на двух ногах. Следить за правильным положением ступней, точно приставляя пятку к пятке на каждом шаге галопа. Не поворачивать корпус в сторону движения. Закреплять умение детей энергично отталкиваться от пола во время высоких прыжков</p> <p>2. <i>Игроритмика</i>: акцентированная ходьба с выделением сильной доли (счет 1 и 3 при музыкальном размере 4/4) ударом ноги или хлопком.</p> <p>3. <i>Танец</i>: «Куклы». Разучивание движений «Танца Джентльменов».</p> <p>4. <i>Музыкально-подвижная игра</i>: «Танец природы».</p> <p>5. <i>Упражнение</i>: на расслабление мышц; дыхательные и на укрепление осанки.</p> <p>Поднимание рук - на вдохе. Свободное опускание рук - на выдохе.</p> <p>Речитатив: Носом - вдох, а выдох - ртом, Дышим глубже, а потом – Марш на месте, не спеша, Коль погода хороша!</p>	8

5.	Январь	<p><i>1. Диско-разминка:</i> ходьба обыкновенная: учить сохранять правильное положение корпуса, ступни становить параллельно друг друга, опорой при этом должен служить поясничные позвонки. Учить держать лопатки сближенными, грудь приподнятой, не поднимать плечи.</p> <p>Боковой галоп: повернувшись лицом к центру круга, уметь останавливаться прыжком на двух ногах. Не поворачивать корпус в сторону движения.</p> <p>Ходьба на месте, поочередно двигая плечами вверх и вниз, приседая и выпрямляясь, легко переносить вес тела с одной ноги на другую. Координировать движение плеч с движением корпуса.</p> <p>Полуприседания с наклоном головы (влево, вправо, вперед, назад), учить расслаблять мышцы шеи. Развивать гибкость шейного отдела позвоночника.</p> <p>Наклоны в стороны, учить детей начинать движение сразу после вступления.</p> <p>Махи согнутой ногой, учить энергично поднимать ноги, сохраняя равновесие.</p> <p>Прыжки (высокие), продолжать учить детей подпрыгивать, энергично отталкиваясь от пола.</p> <p><i>2. Игропластика:</i> упражнения для развития мышечной силы в образных и игровых двигательных действиях и заданиях (для мышц брюшного пресса - лежа на спине, сгибание разгибание ног - «велосипед»).</p> <p>Речитатив:  Я сажу на велосипеде,  Только вверх ногами.  И кручу педали весело ногами.  Эх, прокачу! Эх, прокачу!  Едем, едем - не спешим,  А устанем - отдохнем.</p> <p><i>3. Танец:</i> «Джентльменов». Разучивание движений танца «5 февральских роз».</p> <p><i>4.</i> Музыкально - подвижная игра «Птица в клетке».</p> <p><i>5. Игровой самомассаж:</i> поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в обзорно-игровой форме. Для кистей и пальцев</p>	8
6.	Февраль	<p><i>1. Диско-разминка:</i> ходьба обыкновенная по кругу в чередовании с пружинящим шагом, закреплять умение детей шагать в характере музыки. Точно вместе с музыкой начинать и заканчивать ходьбу. Различать динамические оттенки.</p> <p>Боковой галоп в чередовании с подскоками, двигаться ритмично, грациозно. Добиваться предельной выразительности при исполнении этих движений.</p> <p>Ходьба на месте с полукруговыми движениями головы к левому плечу, затем к правому, развивать гибкость шейного отдела позвоночника, плавно переводя голову из одного положения в другое.</p> <p>Полуприседания с поворотом туловища вправо и влево, следить за координацией движения рук, ног, бедер, ступней,</p>	8

		<p>коленей. Развивать эластичность мышц при покачивании. Наклоны туловища вправо и влево, выполнять движения активно, динамично.</p> <p>Махи согнутой ногой вперед, делать махи, сохраняя равновесие и правильное положение корпуса.</p> <p>Прыжки (2-3 видов), продолжать развивать, умение легко отрываться от пола.</p> <p>2. <i>Игропластика</i>: специальные упражнения для развития мышечной силы в образных двигательных действиях и заданиях.</p> <p>Чтоб красиво нам ходить, Надо мышцы укрепить, Живот и спинку подкачаем, Осанку гордую поставим.</p> <p>«Укрепи животик» - из положения лежа на спине поднимание согнутых ног.</p> <p>«Укрепи спинку» - лежа на животе, руки вверх, прогнуться.</p> <p>«Отдых» - ходьба по кругу с правильной осанкой под музыкальное сопровождение.</p> <p>3. <i>Танец</i>: «5 февральских роз». Разучивание движений танца «Танцуй веселей».</p> <p>4. <i>Музыкально - творческая игра</i>: «Танец огня».</p> <p>5. <i>Упражнение</i>: на расслабление мышц; дыхательные и на укрепление осанки.</p>	
7.	Март	<p>1. <i>Диско-разминка</i>: чередование ходьбы, высоко поднимая колени с подскоками, развивать умение свободно переходить от активного шага к лёгкому подскоку.</p> <p>Боковой галоп повернувшись лицом к центру круга, в чередовании с кружением на подскоке вокруг себя, следить за правильной координацией рук и ног, передавать в движении лёгкий характер музыки.</p> <p>Ходьба на месте перенося вес тела, ходьба вперёд-назад, вправо вокруг себя, влево вокруг себя, учить детей начинать движение с носка. Ритмично сгибать и разгибать колени.</p> <p>Круговое движение рук со сжиманием и разжиманием кулачков, выполнять движения ритмично. Избегать напряжения кистей рук.</p> <p>Круговые движения туловищем начинать движения вместе с музыкой, не отставая и не опережая её. Сохранять равновесие.</p> <p>Прыжки на одной ноге, сгибая и разгибая свободную ногу, учить добавлять произвольные движения руками и головой.</p> <p>2. <i>Игроритмика</i>: выполнение упражнения под музыку с притопом под сильную долю такта.</p> <p>Стоя, руки на поясе. Наклон вперёд, выпрямиться, притоп.</p> <p>3. <i>Танец</i>: «Танцуй веселей». Разучивание движений танца «Восточный».</p> <p>4. <i>Музыкально-подвижная игра</i>: «Ручеек».</p> <p>5. <i>Упражнения</i>: на расслабление мышц, дыхание и на укрепление осанки. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях: Воздух мягко набираем. (Вдох)</p>	8

		Шарик красный надуваем. (Выдох) Пусть летит он к облакам. (Вдох) Помогу ему я сам! (Выдох)	
8.	Апрель	<p><i>1. Диско-разминка:</i> пружинящий шаг в чередовании с подскоками, совершенствовать сильный энергичный подскок. Уметь четко переходить от активного движения к более спокойному, плавному.</p> <p>Круговые движения руками (поочередно правой, левой), учить отмечать сильные доли в тактах. Добиваться, чтобы дети чувствовали моменты расслабления мышц рук.</p> <p>Покачивание руками и туловищем (руки в стороны), продолжать учить детей дополнять движения с расслаблением полусогнутых коленей.</p> <p>Наклоны туловища вперед, учить прогибать и выпрямлять спину.</p> <p>Круговые движения бедрами, совершенствовать умение переносить вес тела с одной ноги на другую, покачивая бедрами.</p> <p>Прыжки, закреплять умение детей ритмично подпрыгивать, сохраняя правильное положение корпуса.</p> <p><i>2. Акробатическое упражнение:</i> держать корпус прямо, сохранять равновесие. Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук.</p> <p>Речитатив: На одной ноге постой-ка, Будто ты солдатик стойкий. Ногу правую держи, Да смотри не упади. А теперь постой на левой, Если ты солдатик смелый?!</p> <p><i>3. Танец:</i> «Восточный». Подготовка к отчетному концерту.</p> <p><i>4. Музыкально - подвижная игра:</i> «Распутай веревочку».</p> <p><i>5. Упражнение:</i> на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки: Один, два, три, четыре, пять! Все умеем мы считать, Отдыхать умеем тоже - Руки за спину положим, Голову поднимем выше И легко - легко подышим.</p>	8
9.	Май	Закрепление пройденного материала.	

### 2.1.1. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Особенности осуществления образовательного процесса в рамках реализации программы:

1. Ребенок и взрослый – оба субъекты взаимодействия;
2. Во взаимодействии активность ребенка важнее, чем активность взрослого.
3. Основная деятельность – это детские виды деятельности:

- музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений);
- двигательная (овладение основными движениями, активность ребенка);
- игровая;
- коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками);

4. Основная модель организации образовательного процесса – совместная деятельность взрослого и ребенка;

5. Основные формы работы с детьми – наблюдения, беседы, разучивание танцевальных движений, показ, объяснение и другие;

6. Мотивы образования - интересы детей к этим видам деятельности;

7. Взрослый, уважая ребенка, его состояние, настроение, предпочтение и интересы, предоставляет ему возможность выбора участвовать или не участвовать вместе с другими детьми в совместном деле;

8. Образовательный процесс предполагает внесение изменений (корректив) в планы, программу с учетом потребностей и интересов детей.

Разработка гибкого плана включает в себя: определение общей цели и ее конкретизацию в зависимости от разных этапов:

-подбор и организацию такого музыкального материала, который позволяет выявлять индивидуальную избирательность детей к содержанию, виду и форме познания;

-планирование разных форм организация работы (соотношение фронтальной, индивидуальной, самостоятельной работы). Планирование характера общения и межличностных взаимодействий в процессе образовательной деятельности;

-использование разных форм общения (монолог, диалог) с учетом личностных особенностей воспитанников и требований к межгрупповому взаимодействию;

-использование содержания субъектного опыта всех участников занятия в диалоге «ребенок – педагог» и «ребенок – дети»;

Планирование результативности образовательной деятельности предусматривает: обобщение полученных знаний и умений, оценку их освоенности, анализ результатов групповой и индивидуальной работы, внимание к процессу выполнения заданий, а не только к результату.

*Культурные практики:*

Во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках педагогами создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и

самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик носит преимущественно фронтальный характер.

В группе общеразвивающей направленности для 5-6 и 6-7 лет в рамках реализации программы «Танцующие искорки» реализуется культурная практика свободы. Реализация данной практики осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, через проведение творческих занятий танцами, направленных на развитие творческих способностей и ритмопластики ребенка.

### **2.1.2. Способы и направления поддержки детской инициативы.**

#### **Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.**

Одним из социально значимых личностных качеств дошкольника считается его инициативность. Инициативность предполагает самостоятельную постановку целей, организацию действий, направленных на достижение этих целей и реализацию действий. Благодаря инициативности развиваются произвольное и волевое поведение, активнее познается окружающий мир, легче устанавливаются контакты со взрослыми и сверстниками.

Ребёнок 5-7 лет сам способен ставить цели в практической деятельности и играх. Традиционные, общепринятые в дошкольной педагогике формы взаимодействия и методы обучения, благодаря музыкальной деятельности, наполняются новым смыслом, отражающим особенность музыки как вида искусства. Исходя из принципов, целей и задач музыкального образования, традиционные общедидактические методы дополняются методами, нацеленными на формирование личности ребенка через раскрытие духовной сущности музыкального искусства, а именно: методом наблюдения за музыкой (а не обучения ей) (Б.В. Асафьев); методом размышления о музыке (Д.Б. Кабалевский); методом эмоциональной драматургии (Э.Б. Абдуллин); методом создания художественного контекста (Л.В. Горюнова); методом осознания личностного смысла музыкального произведения (А.А. Пиличяускас) и др.

Одной из задач ФГОС ДО является задача «становления самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий». Степень самостоятельности у ребёнка всё время повышается, что приводит к развитию инициативности в разных видах музыкальной деятельности, в том числе, танцевальной. Инициативность – важное условие

развития танцевальных способностей ребёнка и один из показателей развития его личностных качеств. В танцевальной деятельности инициативное поведение проявляется в том, что ребёнок начинает планировать свои действия, ставя перед собой задачи и последовательно их решая. Инициативность характеризуется развитием творческой активности, созданием разнообразных игровых замыслов и условных действий.

Методические приемы определяются наличием или отсутствием сюжетности, подсказанной литературным текстом или названием танца. Развитие инициативы в танцах требует предварительного прослушивания музыки, пояснения и показа отдельных сложных элементов. Если танец имеет двухчастную форму (запев, припев), то объяснение может быть целостным по всей композиции или отдельно по частям. Более сложная музыкальная форма (например, несколько вариаций) с разнообразным построением движений требует отдельных пояснений и показа (по частям). Методические приемы должны быть направлены на то, чтобы планомерно, систематически развивать детские умения и способности, осваивая репертуар. Приемы видоизменяются в зависимости от этапа разучивания материала.

Первый этап - целостное восприятие музыки. Ребенок должен почувствовать ее общий характер, настроение. Следующий этап - разучивание, наиболее длительный (несколько занятий). Здесь могут быть применены упражнения для усвоения более сложных элементов, выразительного исполнения. Целесообразны индивидуальные задания детям с учетом их возможностей, оценка качества исполнения и т. д. Заключительный этап - повторение разучиваемого произведения, чтобы добиться инициативности и самостоятельного исполнения у воспитанников.

Методические приемы варьируются в зависимости от тех качеств, способностей, которые педагог стремится развить у ребенка. Танцевальная деятельность должна быть исполнительской и творческой. Одной из форм развития инициативности при выполнении заданий может стать работа парами, предусматривающая распределение функций: один выступает исполнителем, другой – контролером (наблюдает за тем, как другой делает задание, в какой последовательности, слушает, спрашивает, если что-то не понятно). Выполняя контролируемую функцию, наблюдатель проявляет инициативность на уровне рационального контроля. Переходя к следующему заданию, дети меняются функциями. Варианты выполнения могут касаться подбора пар (в паре могут быть подобраны близкие или разные по уровню развития дети), содержания задания (по сложности и др.). Иногда приемы развития исполнительских умений предполагают действия детей в строго



зафиксированной последовательности. В этих случаях применяются показ, точные инструкции. Хорошо выучив движения, ребенок хочет и может выполнить их непринужденно, самостоятельно.

Для развития инициативности педагог, направляя деятельность детей, применяет творческие задания в постепенном усложнении. В танцах также имеют место творческие задания. Начиная с простых импровизаций, различных переплясов, дети могут придумать любое движение, прослушав незнакомую пьесу. Дети получают и коллективные задания: советуются, придумывают композицию танца. Опыт показывает, что для решения этих задач лучше использовать пьесы, написанные в двухчастной форме. Это помогает дошкольникам в их творческих начинаниях, они активизируются, проявляют инициативу, самостоятельность.

В конце года, подводя итоги обучения, педагог предлагает детям следующие задания:

- выразительно передать характерную особенность персонажа, прослушав незнакомое произведение по выбору педагога;
- исполнить парный танец красиво, правильно, изящно. Каждая пара детей танцует отдельно, их исполнение оценивает весь коллектив, уточняет педагог;
- придумать (сочинить) пляску, танец по задуманному плану. Дети становятся парами и договариваются о том, что и как будут исполнять;
- импровизировать пляску, используя знакомые элементы народного танца. Педагог вызывает двоих ребят, которые, стараясь «переплясать» друг друга, придумывают движения;
- придумать свой вариант импровизации движений при инсценировании незнакомой песни.

### **2.1.3. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.**

Одним из важных условий реализации Программы является создание содружества «семья – дети – педагоги». Основная цель – сделать родителей активными участниками образовательной деятельности, оказав им помощь в реализации ответственности за воспитание и обучение детей. Для достижения данной цели, для координации деятельности детского сада и родителей необходимо работать над решением следующих задач:

- установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника;
- объединить усилия семьи и детского сада для развития и воспитания детей;

-создать атмосферу взаимопонимания, общности интересов, позитивный настрой на общение и доброжелательную взаимоподдержку родителей (законных представителей) в собственных педагогических возможностях;

-от установок взрослого зависит и то, какое отношение к танцам вырабатывается у ребенка.

ФГОС дошкольного образования предусматривает работу с родителями в разных формах, направлениях. Вовлечение родителей в образовательную деятельность по танцам может организовываться по трем направлениям:

- повышение педагогической культуры родителей;
- вовлечение родителей в деятельность ДОО;
- совместная работа по обмену опытом.

Взаимодействие с родителями можно начать с анкетирования: «какую музыку любит ваш ребенок?» и бесед, целью которых является изучение потребностей родителей и их отношение к направлению работы. Анализ мнений родителей по внедрению системы подготовки детей дошкольного возраста к танцам покажет, какова социальная потребность такой образовательной деятельности с позиции родителей, потенциал для их участия в запланированных мероприятиях.

По результатам анкетирования родителей и диагностики детей составляем план мероприятий (просветительских, консультативных, информационных).

*Примерные формы работы с родителями:*

1. Консультация «Волшебный мир танца»;
2. Семинар-практикум «Учимся танцевать»;
3. Беседа с родителями на тему: «Танец как средство физического и эстетического развития ребенка»;
4. Мастер-класс «Танцуют все!»;
5. Привлечение родителей к изготовлению атрибутов и костюмов для танцев;
6. Доклад-презентация на тему: «Танцы и их влияние на развитие детей»;
6. Отчетный концерт «Танцующие искорки».

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1.1. Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания.**

Для занятий по программе отведен специально оборудованный, проветриваемый, хорошо освещенный музыкальный зал. Для демонстрации учебных роликов и наглядного материала помещение оборудовано компьютером, мультимедийным оборудованием. Центр художественно-эстетического развития предусматривает наличие различных предметов и материалов для детского творчества:

- музыкальный зал;
- мультимедийное оборудование;
- музыкальный центр;
- записи фонограмм в режиме + и –;
- фортепиано;
- стульчики детские 25 шт.;
- музыкальные инструменты в ассортименте;
- различные атрибуты для танцев;
- костюмы;
- палас 1 шт.;
- зеркало 1шт.

#### **3.1.2. Время и сроки реализации образовательной программы**

Образовательная программа дошкольного образования «Танцующие искорки» рассчитана на два года работы с детьми старшей и подготовительной групп (5-7 лет), на 68 учебных недели. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 35 минут (старшая группа) и 40 минут (подготовительная группа). Недельная нагрузка по программе составляет 70 минут (старшая группа) и 80 минут (подготовительная группа). Общая нагрузка по программе – **810** минут. Результаты обучения представляются в виде выступлений, которые включаются в проводимые утренники и праздничные концерты ДОУ.

#### **3.1.3. Организация развивающей предметно-пространственной среды**

К организации предметно-пространственной среды относятся условия, обеспечивающие качество уровня развития у дошкольников музыкально-ритмических и танцевально-творческих навыков.

В музыкальном зале детского сада создан центр танцевальной деятельности. Основная цель создания данного центра заключается в активизации детского художественно-эстетического творчества, обогащении

опыта творческой деятельности, развитии эстетических способностей. В центре достаточно свободного пространства для организации самостоятельной детской деятельности.

Для удобства разучивания и выполнения танцевальных движений в музыкальном зале имеется большое настенное зеркало, воспитанники занимаются на паласе.

Для воспроизведения музыки есть фортепиано, музыкальный центр и разнообразная музыкальная фонотека.

Для просмотра танцев и видеоматериалов зал оснащен мультимедийным оборудованием, что пробуждает интерес детей к танцевальному творчеству и активизирует их желание заниматься танцами.

Важным для детей дошкольного возраста является фонд различных атрибутов к танцам: капельки, лужицы, колосья из ткани, рушник и «хлеб с солью», тканевые полотна, эстетично оформленные бумажные веера в виде ромашек, мерцающие свечи и т.д. К каждому танцу готовятся соответствующие костюмы, отражающие содержание танца.

#### **IV. Дополнительный раздел**

Программа «Танцующие искорки» обеспечивает развитие танцевально-творческих и музыкально-ритмических способностей детей 5-6 и 6-7 лет.

Реализация Программы способствует развитию у детей творческого потенциала, пространственных представлений, некоторых физических закономерностей, способности воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом.

Характерные особенности данной Программы: направленность не на занятие, а на развитие ребенка, приобретение практических умений; присутствие доброжелательной, творческой атмосферы; работа по развитию творческих способностей проводится в игровой форме.

Программа включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный.

**Целевой раздел** состоит из пояснительной записки, описания планируемых результатов освоения Программы. В пояснительной записке отражена актуальность, характерные особенности и задачи Программы.

**Содержательный раздел** определяет общее содержание Программы, описание форм работы с детьми.

**Организационный раздел** включает время и сроки реализации Программы, организацию предметно-развивающей среды, форм отчетности, список литературы.

## **V. Литература**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии - М.: 1999г.;
2. Каплунова И., Новоскольцева И., Ладушки, «Потанцуй со мной дружок» - СПб.: 2005г.;
3. Егоров В., Расскажи стихи руками – М.: 1992г.;
4. Буренина А.И., Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000г.;
5. Ветлугина Н.А., Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967г.;
6. Голицина Н.С., Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. - М.: Скрипторий, 2003г., 2006г.;
7. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. - М.: Айрис-пресс, 2006г.;
8. Каплунова И., Новоскольцева И., Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. - СПб.: Композитор, 2005г.;
9. Слуцкая С.Л., Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. - М.: Линка-пресс, 2006г.;
10. Суворова Т.И., Танцевальная ритмика для детей 4. - СПб.: Музыкальная палитра, 2006г.;
11. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г., «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2006г.;
8. Интернет ресурсы.