

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированной направленности №3»
города Сосновоборска

Рассмотрена и принята на заседании
Педагогического совета
МАДОУ ДСКН № 3 г. Сосновоборска
протокол № 1 от "9" 08 2023 г.

Утверждаю

Заведующий



г. Сосновоборска

Е. В. Вашко

" " 202_г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**танцевально-ритмическая гимнастика
для детей «Капитошки»**

направленность: художественно-эстетическая

уровень программы: разноуровневый

возраст обучающихся: 3-7 лет

срок реализации программы: 4 года

Автор-составитель программы:
Ефимова Елена Викторовна,
музыкальный руководитель
высшей квалификационной
категории

г. Сосновоборск, 2023

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цели и задачи реализации программы
- 1.3. Содержание программы
- 1.4. Планируемые результаты

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график;
- 2.2. Условия реализации программы;
- 2.3. Формы аттестации обучающихся;
- 2.4. Оценочные материалы;
- 2.5. Методические материалы. Список литературы.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа танцевально-ритмическая гимнастика «Капитошки» имеет художественно-эстетическую направленность. Занятия в кружке ритмики в детском саду оказывают положительное влияние на дошкольников всех возрастов. Дошкольный период – это один из наиболее сензитивных периодов в жизни каждого человека (период максимальных возможностей для наиболее действенного формирования какого либо свойства психики). Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2020 (Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. № 729-р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»; 5 Региональный

модельный центр дополнительного образования детей Красноярского края
– Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

В основу содержания данной программы составляет учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений «Са – Фи – Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. (Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.), где представлены различные разделы, содержание которых направленно на физическое и танцевально-музыкальное воспитание дошкольников, рассчитанные на четыре года обучения детей от 3 до 7 лет. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий, что придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

При составлении программы учитывались следующие моменты:

1. На первый план выдвигается развивающая функция танцевально-ритмической гимнастики, которая способствует гармоничному развитию тела ребенка, дает ему основу музыкально-двигательной культуры.

2. Стремясь обеспечить высокую двигательную активность детей, используются разделы танцевально-ритмической гимнастики. А именно, игроритмика, игрогимнастика, игротанцы и игропластика, которая играет существенную роль в качестве релаксации.

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение танцевальным движениям. Занятия проводятся в яркой, увлекательной форме общения детей с музыкой, друг с другом. Для педагога занятие является стройной продуманно-структурной системой, драматургия которой строится на создании атмосферы творчества, где каждый ребенок может раскрыть себя в более точном и выразительном исполнении музыки и движения.

Актуальность программы:

В дошкольный период ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому воспитание детей по средствам ритмики особенно важно в этот возрастной период. Танцевально-ритмическая гимнастика эффективно воздействует на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Занятия танцевально-ритмической гимнастики вводят в мир музыкальности и танцевальных образов, формирует благородство манеры исполнения, осмысленное отношение к танцу как художественному произведению, понимание единства формы и содержания танца, а также наличие у детей нравственной воспитанности, выражающейся, в частности, в поведении в коллективе, их трудолюбии, взаимопомощи, доброжелательности.

Адресат программы

Объём программы. Программа рассчитана на 4 года. В каждом году обучения - 72 часа.

Формы обучения. Занятия танцевально-ритмической гимнастики делятся на несколько *видов*:

- *Обучающие занятия.* На занятиях мною детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На одно занятие может быть введено не более 2-3 комбинаций.

- *Закрепляющие занятия.* Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе со мной. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы моего помощника.

- *Итоговые занятия.* Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

- *Импровизационная работа.* На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, заданную мною. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Используя все формы работы данной программы, обязательно учитывается возрастные и индивидуальные особенности детей, а также их склонности и интересы.

Возраст детей

Программа адресована воспитанникам 3 – 7 лет.

Наполняемость групп

Количество обучающихся в учебной группе 1 – 25 человек. В программу обучения танцевально-ритмической гимнастике «Капитошки» принимаются воспитанники МАДОУ ДСКН № 3 г. Сосновоборска на основании заявления родителей.

Состав групп

В группу входят дети одного возраста. Совместно с нормативно развивающимися детьми занимаются дети со статусом ОВЗ.

Режим занятий. Занятия проводятся:

3 – 4 года – 2 раза в неделю по 15 минут;

4 – 5 лет – 2 раза в неделю по 20 минут;

5 – 6 лет - 2 раза в неделю по 25 минут;

6 – 7 лет - 2 раза в неделю по 30 минут.

1.2. Цель и задачи реализации программы

Цель: содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-ритмической гимнастики.

Задачи:

1. Укреплять и сохранять здоровье.

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-

двигательного аппарата;

- формировать правильную осанку;
- содействовать профилактике плоскостопия;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

2. Совершенствовать психомоторные способности дошкольника.

- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно- силовые и координационные способности;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
- развивать ручную умелость и мелкую моторику

3. Развивать творческие и созидательные способности ребенка.

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия

4. Развивать импровизационные способности и достигать максимального «раскрытия» ребенка через создание занимательных ситуаций, введение элементов неожиданности и новизны.

5. Воспитывать интерес и вкус к музыкально-танцевальному искусству.

1.3. Содержание программы

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование разделов	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		2 младшая	Средняя	Старшая	Подготовит.	
1	Игроритмика	В течение года По плану занятий				Утренники: «Праздник Осени», новогодний, Мамин праздник/весенний, выпускной. Участие в городских, краевых,
2	Игрогимнастика	В течение года По плану занятий				

			всероссийски х конкурсах и фестивалях, на внутрисадовс ких и городских мероприятия х с приглашение м родителей и педагогов ДОУ.			
3	Игротанцы	В течение года По плану занятий				
4	Игропластика	В течение года По плану занятий				
Итого часов		72	72	72	72	

Содержание учебного плана программы

Разделы программы: игроритмика, игрогимнастика, игротанцы и игропластика, связаны между собой и использованы на каждом занятии, однако, каждый из них имеет свои конкретные задачи.

1. Раздел «Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В данный раздел включены специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания, игры.

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

3. Раздел «Игротанцы» направлен на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость занимающимся. В раздел входят танцевальные шаги, различные танцевальные формы (современный, ритмический, народный, бальный танцы), элементы хореографических упражнений.

4. Раздел «Игропластика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, свободно выражая

свои эмоции, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу. В разделе используются элементы древних гимнастических движений и упражнения стретчинга (обычная растяжка, которая может быть использована как часть основного занятия или как самостоятельное танцевально-гимнастическое направление), выполняемые в игровой сюжетной форме.

В начале учебного года два первых занятия в каждой возрастной группе отводятся на диагностику танцевально-ритмических умений дошкольников. Итогом занятий по данной программе служат выступления на внутрисадовских мероприятиях, утренниках, а также городских фестивалях и конкурсах с приглашением родителей и педагогов ДОУ.

В программу заложены требования, по которым ясно, чему ребята должны научиться за учебный год занятий и за весь курс обучения.

1.4. Планируемые результаты

Осуществление целей и задач программы предполагает получение конкретных результатов.

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (младшая группа).

Личностные результаты

- сформированность устойчивой мотивации к изучению предмета;
- сформированность произвольного внимания и интереса в течение занятия;
- сформированность ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Метапредметные результаты:

Познавательные:

- умение показывать собственный опыт выполнения работ;
- умение применять приобретенные навыки в повседневной жизни.

Коммуникативные:

- умение слышать педагога и сверстников.

Регулятивные:

- умение в составлении простой последовательности действий, анализа и фиксации в памяти этапов работы;
- умение оценить позитивно полученные результаты.

Предметные:

- знание о назначении музыкального зала и правила поведения в нем;
- умение ориентироваться в зале, строиться в шеренгу;
- умение творчески подходить к решению задачи;
- умение выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку;
- умение хлопать и топать в такт музыки;
- умение в музыкально- подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (средняя группа).

Личностные результаты:

- сформированность устойчивой мотивации к изучению предмета;
- сформированность произвольного внимания и интереса в течение занятия;
- умение применять теоретические знания в практической

деятельности;

- сформированность ценностного отношения к здоровому образу жизни;
- сформированность духовно-нравственных ценностей и патриотизма.

Метапредметные результаты:

Познавательные:

- освоение учебной и познавательной деятельности;
- умение показать собственный опыт выполнения работ;
- умение применять приобретенные навыки в повседневной жизни.

Коммуникативные:

- умение слышать педагога и сверстников;
- умение совместного планирования учебного сотрудничества с педагогом и сверстниками;
- умение выбирать совместные пути решения поставленной творческой задачи.

Регулятивные:

- умение в составлении простой последовательности действий, анализа и фиксации в памяти этапов работы;
- оценивание позитивно полученных результатов и собственного творческого роста.

Предметные:

- знание о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики;
- умение выполнять простейшие построения и перестроения;
- умение исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года обучения под музыку;
- умение ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок хлопать и топать в такт музыки;
- знание основных танцевальных позиций.

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (старшая группа).

Личностные результаты:

- сформированность устойчивой мотивации к изучению предмета;
- сформированность произвольного внимания и интереса в течение занятия;
- умение применять теоретические знания в практической деятельности;
- сформированность ценностного отношения к здоровому образу жизни;
- сформированность духовно-нравственных ценностей и патриотизма.

Метапредметные результаты:

Познавательные:

- освоение учебной и познавательной деятельности;
- умение в составлении вопросов при поиске и сборе информации;
- умение показывать собственный опыт выполнения работ;
- умение применять приобретенные навыки в повседневной жизни.

Коммуникативные:

- сформированность коммуникативных качеств личности;

- умение слышать педагога и сверстников;
- умение совместного планирования учебного сотрудничества с педагогом и сверстниками;
- умение выбирать совместные пути решения поставленной творческой задачи.

Регулятивные:

- умение в составлении простой последовательности действий, анализа и фиксации в памяти этапов работы;
- умение сравнивать различные точки зрения;
- оценивание позитивно полученных результатов и собственного творческого роста.

Предметные:

- освоение правил безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами;
- овладение навыками по различным видам передвижений по залу, овладение определенным «запасом» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- умение передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.);
- овладение основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения;
- умение исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

(подготовительная группа).

Личностные результаты

- сформированность устойчивой мотивации к изучению предмета;
- сформированность произвольного внимания и интереса в течение занятия;
- умение применять теоретические знания в практической деятельности;
- сформированность ценностного отношения к здоровому образу жизни;
- сформированность духовно-нравственных ценностей и патриотизма.

Метапредметные результаты:

Познавательные:

- освоение учебной и познавательной деятельности;
- умение в составлении вопросов при поиске и сборе информации;
- умение показывать собственный опыт выполнения работ;
- умение применять приобретенные навыки в повседневной жизни.

Коммуникативные:

- сформированность коммуникативных качеств личности;
- умение слышать педагога и сверстников;
- умение совместного планирования учебного сотрудничества с педагогом и сверстниками;
- умение выбирать совместные пути решения поставленной творческой задачи.

Регулятивные:

- умение в составлении простой последовательности действий, анализа и фиксации в памяти этапов работы;
- умение сравнивать различные точки зрения;
- оценивание позитивно полученных результатов и собственного творческого роста.
- умение самостоятельно находить ответы на вопросы путём логических рассуждений.

Предметные:

- освоение правил личной гигиены при занятиях физическими упражнениями;
- умение ориентироваться в зале при проведении музыкально- подвижных игр;
- умение выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, овладение основами хореографических упражнений этого года обучения;
- умение исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений этого года обучения.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Год обучения (уровень)	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2023-2024 учебный год	02.09.2023 год	31.05.2024 год	36 недель	72 учебных дня	72 учебных часа	2 раза в неделю

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

- фортепиано для музыкального сопровождения занятий;
- музыкальный центр, ноутбук, для накопления и обработки музыкального репертуара и постановочных занятий, им в дополнение - усилитель, колонки;
- каремат для упражнений на растяжку мышц;
- сценические костюмы и сценическую обувь для каждого концертного номера;
- декорации и атрибуты для постановок танцевальных композиций;
- наглядные пособия и методические разработки, специальная литература;

Информационное обеспечение

На занятиях используются аудио записи, методические материалы для педагогов, методические материалы, сборники иллюстраций для учащихся. Для хранения музыкальных файлов, фото, видеоматериалов творческого объединения в работе используется компьютер, а также USB-флешки (внешние носители информации). Использование специальной литературы (книг, журналов и т. д.), организация и посещение концертов и фестивалей разного уровня, использование интернет-источников, позволяет сделать учебный процесс более эффективным.

2.3. Формы аттестации обучающихся.

- утренники: «Праздник Осени», новогодний, Мамин праздник/весенний, выпускной;
- участие в городских, краевых, всероссийских конкурсах и фестивалях;
- участие на внутрисадовских и городских мероприятиях с приглашением родителей и педагогов ДОУ.

2.4. Оценочные материалы

Педагогическая диагностика знаний и умений обучающихся.

В период реализации дополнительной общеобразовательной программы «Танцевально-ритмическая гимнастика для детей «Капитошки» проводится диагностика для контроля уровня освоения содержания учебного материала обучающимися.

Критерии диагностики

В ходе диагностики у обучающихся отслеживаются следующие побуждения, знания, представления, умения:

1. **Овладение теоретическими навыками:** различать понятия «ритмика» и «танец», а также знать начальную терминологию хореографического искусства (линия, круг, диагональ, поклон-приветствие, галоп, подскоки, прыжки и т.д.).

2. **Танцевально-ритмические движения:**

- умение ритмично двигаться под музыку;
- умение передавать через движения характер музыки, её эмоционально-образное содержание;
- умение ориентироваться в пространстве, выполнять простейшие перестроения;
- умение переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу;
- умение менять движения в соответствии с музыкальными фразами;
- умение исполнять танцевальные движения (поочерёдное выбрасывание ног вперёд в прыжке, приставной шаг с приседанием, с продвижением вперёд, кружении, приседание с выставлением ноги вперёд).

3. **Развитие танцевально-игрового творчества:**

- умение работать в коллективе и в паре;
- умение передавать образы (зверей, птиц, растений) в танце, игре;
- составление образов в танцевальной композиции.

Критерии определения уровня усвоения программы обучающимися:

- умение принять цель;
- понимание инструкции педагога;
- восприятие характера музыки;
- согласование движения с характером музыки;
- навыки пластичности, выразительности, грациозности выполнения движений;
- развитие ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук;
- владение приемами самомассажа;
- музыкально-подвижные игры с имитацией, подражанием;
- навык самостоятельного выражения движения под музыку;
- умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях.

Низкий уровень: ребенок неуверенно выполняет сложные упражнения, слабо контролирует способ выполнения упражнения, не обращает внимание на качество движений.

Средний уровень: ребенок правильно выполняет большинство упражнений, но не всегда проявляет должные усилия. Понимает зависимость между качеством выполнения упражнений и результатом.

Высокий уровень: ребенок уверенно, точно, пластично, в заданном темпе и ритме, выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений. Проявляет самоконтроль и самооценку.

В конце каждого года каждому обучающемуся вручается сертификат об окончании 1, 2, 3 или 4 года обучения по танцевально-ритмической гимнастике, в котором указан уровень подготовки детей.

2.5. Методическое обеспечение программы

Используемая литература:

1. М.Б.Зацепина «Музыкальное воспитание в детском саду» Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет. Издательство Мозаика – Синтез Москва 2006.
2. Ж.Е.Фирилева, Е.Г.Сайкина «Са – Фи – Дансе» Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. Издательство Санкт-Петербург «Детство-Пресс» 2001.
3. Боттомер П. Учимся танцевать / Перевод с англ. К.Молькова. ЗАО «Издательство «ЭКСМО-Пресс». 2001.
4. Кулагина И.Е. Методическое пособие «Художественное движение» Издательство при содействии фирмы «Просвещение» и культурного Центра «Новград». Нижний Новгород – Москва 1993.

Музыкально-дидактические пособия

1. МРЗ диски «Детские песни»
2. аудиокассеты: «Бальные танцы», «Босанова», «Фокстрот», «Полька», «Популярные танцы мира», «Веселые танцы для детей»
3. СД-диски «Вальсы», «Танцуйте в ритме сальсы», «Дидюля-Фламенко», «Волшебные голоса природы – Малыш на берегу», «Музыкальные обучалочки. Екатерина и Сергей Железновы. Веселые уроки»

Приложение 1. Учебно-тематическое планирование занятий

2 МЛАДШАЯ ГРУППА (1 ГОД ОБУЧЕНИЯ)

	Постановка	Цели и задачи	Содержание
Сентябрь, октябрь	- Осенний праздник. - Танец «Листики дубовые». - Общий танец «Серенькая кошечка» - Танец «Если весело живется, делай так»	Подготовка к осеннему празднику. Знакомить детей с временами года. Развитие ориентировки в пространстве. Учить слышать команды педагога и музыку.	Игрогимнастика: Строевые упражнения: Построения, перестроения, повороты. Игроритмика: Хореографические упражнения: Поклон девочек, поклон мальчиков. Игротанцы: Танцевальные шаги: мягкий, высокий, высокий на носках, переменный и русский хороводный. Игропластика. Танцевально-ритмическая гимнастика «Часики».
Ноябрь, декабрь	- Новогодний праздник. - Танец «Малыши-карандаши». - Ритмический танец «Конфетки». - Сюжетные индивидуальные танцы.	Подготовка к празднику. Познакомить детей с временами года. Развивать внимание, двигательную память. Учить слушать музыку. Развивать ориентировку в пространстве. Учить детей выполнять правильно движения и выразительно в соответствии с музыкой. Учить правильно стоять в паре с другим ребенком. Развивать двигательную активность. Развивать мышечную силу и гибкость.	<u>Игροгимнастика</u>: Строевые упражнения: Ходьба и бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Движения с хлопками и притопами. <u>Игроритмика</u>: Хореографические упражнения: Основные позиции рук и ног; повороты; позиции в паре. <u>Игротанцы</u>: Танцевальные шаги: Основные, поскоки. <u>Игропластика</u>. Танцевально-ритмическая гимнастика «Ну, погоди!» - образно-беговые упражнения. Танцевально-ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека» - образно-танцевальные упражнения.
Январь, февраль	- Весенний праздник. - Массовый танец «Детки-конфетки». - Сюжетные индивидуальные танцы.	Подготовка к празднику. Знакомить детей с временами года. Отмечать в движении сильную долю такта, учить менять движения в соответствии с музыкой (тихо – громко).	<u>Игροгимнастика</u>: Строевые упражнения: Перестроения из одной шеренги в несколько, а также в круг и несколько кругов. <u>Игроритмика</u>: Хореографические упражнения: Повороты, переступая на носках. Полуприседы.

	4. Ритмический танец «Аэробика для Бобика».	Учить правильно выполнять движения. Развивать внимание. Развивать двигательную активность. Развивать мышечную силу и гибкость.	<u>Игротанцы</u> : Танцевальные шаги: Приставной, скрёстный шаг в сторону. <u>Игропластика</u> : Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки». Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля».
Мрт, апрель, май	1. Выпускной . 2. Парный танец “Топни, ножка моя». 3. Сюжетные индивидуальные танцы. 4. Ритмический танец «Большая стирка».	Подготовка к летнему празднику. Знакомить детей с временами года. Повторение и закрепление пройденного материала. Развивать мышечную силу и гибкость.	<u>Игрогимнастика</u> : Строевые упражнения Повторение пройденного материала. <u>Игроритмика</u> : Хореографические упражнения: Комбинации из изученных хореографических упражнений. <u>Игротанцы</u> Танцевальные шаги: Комбинации из изученных танцевальных шагов. <u>Игропластика</u> . Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнения с платочками».
К концу 1 года обучения ребенок:			
К концу года ребенок знает		К концу года ребенок может	
1. О назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. 2. Основные танцевальные позиции рук и ног.		1. Внимательно слушать муз. произведение, чувствовать его характер; выражать свои чувства словами, рисунком, движением. 2. Выполнять движения, отвечающие характеру музыки. 3. Выполнять танцевальные движения: пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах. 4. Выполнять движения с предметами (с куклами, игрушками, ленточками, цветами и т.д.). 5. Выполнять простейшие построения и перестроения. 6. Ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. 7. Инсценировать (совместно с воспитателем) песни, хороводы.	

СРЕДНЯЯ ГРУППА (2 год обучения)

	Постановка	Цели и задачи	содержание
Сентябрь, октябрь	1. Осенний праздник. 2. Танец «Хоровод». 3. Ритмический танец «Аэробика для Бобика». 4. Сюжетные индивидуальные танцы.	Подготовка к осеннему празднику. Знакомить детей с временами года. Развитие ориентировки в пространстве. Учить слышать команды педагога и музыку.	<u>Игрогимнастика:</u> Строевые упражнения: Построения, перестроения, повороты. <u>Игроритмика:</u> Хореографические упражнения: Поклон девочек, поклон мальчиков. <u>Игротанцы:</u> Танцевальные шаги: мягкий, высокий, высокий на носках, переменный и русский хороводный. <u>Игропластика.</u> Танцевально-ритмическая гимнастика «Часики».
Ноябрь, декабрь	1. Новогодний праздник. 2. Танец «Полька – хлопушка». 3. Полька «Старый жук». 4. Ритмический танец «Конфетки». 5. Сюжетные индивидуальные танцы.	Подготовка к празднику. Познакомить детей с временами года. Развивать внимание, двигательную память. Учить слушать музыку. Развивать ориентировку в пространстве. Учить детей выполнять правильно движения и выразительно в соответствии с музыкой. Учить правильно стоять в паре с другим ребенком. Развивать двигательную активность. Развивать мышечную силу и гибкость.	<u>Игрогимнастика:</u> Строевые упражнения: Ходьба и бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Движения с хлопками и притопами. <u>Игроритмика:</u> Хореографические упражнения: Основные позиции рук и ног; повороты; позиции в паре. <u>Игротанцы:</u> Танцевальные шаги: Основные, поскоки. <u>Игропластика.</u> Танцевально-ритмическая гимнастика «Ну, погоди!» - образно-беговые упражнения. Танцевально-ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека» - образно-танцевальные упражнения.
Январь, февраль	1. Весенний праздник. 2. Массовый танец «Детки-конфетки». 3. Сюжетные индивидуальные танцы.	Подготовка к празднику. Знакомить детей с временами года. Отмечать в движении сильную долю такта, учить менять движения в соответствии с музыкой (тихо – громко).	<u>Игрогимнастика:</u> Строевые упражнения: Перестроения из одной шеренги в несколько, а также в круг и несколько кругов. <u>Игроритмика:</u> Хореографические упражнения: Повороты, переступая на носках. Полуприседы.

Март, апрель	4. Ритмический танец «Автостоп».	Учить правильно выполнять движения. Развивать внимание. Развивать двигательную активность. Развивать мышечную силу и гибкость.	<u>Игротанцы</u> : Танцевальные шаги: Приставной, скрёстный шаг в сторону. <u>Игропластика</u> : Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки». Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля».
	5. Ритмический танец «Большая стирка».		
Май	1. Летний праздник.	Подготовка к летнему празднику. Знакомить детей с временами года. Повторение и закрепление пройденного материала. Развивать мышечную силу и гибкость.	<u>Игροгимнастика</u> : Строевые упражнения Повторение пройденного материала. <u>Игроритмика</u> : Хореографические упражнения: Комбинации из изученных хореографических упражнений. <u>Игротанцы</u> Танцевальные шаги: Комбинации из изученных танцевальных шагов. <u>Игропластика</u> . Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнения с платочками».
	2. Хороводный танец (общий) «Тополь-тополе».		
	3. Сюжетные индивидуальные танцы.		
	4. Ритмический танец «Вару – Вару» (в стиле диско).		
К концу 2 года обучения ребенок:			
К концу года ребенок знает		К концу года ребенок может	
1. О назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. 2. Основные танцевальные позиции рук и ног.		1. Внимательно слушать муз. произведение, чувствовать его характер; выражать свои чувства словами, рисунком, движением. 2. Выполнять движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно меняя их в соответствии с 2-хчастной формой муз. произведения. 3. Выполнять танцевальные движения: пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах. 4. Выполнять движения с предметами (с куклами, игрушками, ленточками, цветами и т.д.). 5. Выполнять простейшие построения и перестроения. 6. Ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. 7. Инсценировать (совместно с воспитателем) песни, хороводы.	

СТРАШАЯ ГРУППА (3 года обучения)

	Постановка	Цели и задачи	Содержание
Сентябрь, октябрь	1. Осенний праздник. 2. Ритмический танец «Деревенская кадрили» 3. Сюжетные индивидуальные танцы.	Подготовка к осеннему празднику. Знакомить детей с временами года. Содействовать развитию ритмичности, музыкальности, выразительности движений.	<u>Игроритмика</u>: ходьба на каждый счет и через счет. Хореографические упражнения: поклон для мальчиков, реверанс для девочек, позиции рук, полуприседы и подъемы на носки. <u>Игрогимнастика</u>: Строевые упражнения: построения в шеренгу и колонну по сигналу. Повороты. Упражнения с предметами и акробатические. <u>Игротанцы</u>: Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка». Танцевальные шаги: шаг галопа, вперед и в сторону; шаг польки; шаг с поскаком. <u>Игропластика</u>: упражнение «Качели»
Ноябрь, декабрь	1. Новогодний праздник. 2. Ритмический танец «В лесу родилась ёлочка» 3. Ритмический танец «Ой, снег-снежок». 4. Сюжетные индивидуальные танцы.	Подготовка к празднику. Знакомить детей с временами года. Учить детей ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой, регистрами. Отмечать в движении сильную долю такта, слышать и передавать в движении ярко выраженные акценты. Учить самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки. Учить передавать хлопками простой ритмический рисунок. Развивать мышечную силу и гибкость.	<u>Игроритмика</u>: Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками, через счет и наоборот. <u>Игрогимнастика</u>: Различные перестроения, упражнения с предметами. Акробатические упражнения. <u>Игротанцы</u>: Хореографические упражнения: выставление ноги вперед и в сторону, выставление ноги назад на носок. Танцевальные шаги: пружинные движения ногами на полуприседах, скакать с ноги на ногу. <u>Игропластика</u>: Танцевально-ритмическая гимнастика «Всадник». Танцевально-ритмическая гимнастика «Ванечка-пастух»

Январь, февраль, март.	1. Весенний праздник. 2. Массовый танец «Танцуй, Россия!» 3. Ритмический танец «Русский хоровод». Р.н.т. (2/4) «Травушка-муравушка» 4. Общий танец «О чем мечтают дети?»	Подготовка к празднику. Учить выразительно двигаться в соответствии с музыкой. Закреплять умение отмечать в движении (в хлопках) метр. Учить самостоятельно менять движение со сменой частей, музыкальных фраз. Следить за качеством исполнения движений каждого ребенка.	<u>Игроритмика:</u> Гимнастическое дирижирование -музыкальный размер 2/4, 4/4. Танцевально-ритмическая гимнастика «Четыре таракана и сверчок» - танцевально-беговые упражнения. <u>Игрогимнастика:</u> Размыкание по ориентирам, прыжки на двух ногах. Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» - упражнения с двумя лентами. <u>Игротанцы:</u> Хореографические упражнения: перевод рук из одной позиции в другую. Танцевальные шаги: русский попеременный шаг, шаг с притопом, русский шаг – припадание. Танцевально-ритмическая гимнастика «Бег по кругу». <u>Игропластика.</u> Движение – кик.
Апрель, май	1. Летний праздник. 2. Ритмический танец «Современник» (в ритме диско).	Подготовка к летнему празднику. Повторение и закрепление пройденного материала.	<u>Игрогимнастика:</u> перестроения разными способами Ритмические танцевальные комбинации из изученного материала. Танцевально-ритмическая гимнастика «Приходи, сказка» и «Черный кот». <u>Игроритмика:</u> повторение пройденного <u>Игротанцы:</u> ритмический танец «Летка-Енька» Парный танец «Приглашение» <u>Игропластика:</u> посегметное расслабление всего тела.
К концу 3 года обучения ребенок:			
К концу года ребенок знает		К концу года ребенок может	
1.Правила безопасности при занятиях танцевально-ритмическими упражнениями без предметов и с предметами. 2. Основные танцевально-ритмические упражнения по программе этого года обучения.		1. Передавать характер муз. произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). 2. Ритмично двигаться в соответствии с различным характером и динамикой музыки. 3. Самостоятельно менять движения в соответствии с 3-частной формой муз. произведения и муз. фразами	

	4. Выполнять танцевальные движения: поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении. 4. Исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку. 5. Самостоятельно инсценировать содержание песен, хороводов, действовать, не подражая друг другу.
--	--

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

(4 год обучения)

	Постановка	Цели и задачи	Содержание
Сентябрь, октябрь	1. Осенний праздник. 2. Ритмический танец «Деревенская кадриль» 3. Парный танец «Приокская кадриль» 4. Сюжетные индивидуальные танцы.	Подготовка к осеннему празднику. Знакомить детей с временами года. Развитие ловкости, координации движений частей тела между собой в музыкальном ритме. Содействовать правильности и точности выполнения движений в танцевальной манере.	<u>Игроритмика</u>: специальные упражнения для согласования движений с музыкой, хлопки через счет. <u>Игрогимнастика</u>: Строевые упражнения: строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Кругом!» при шаге на месте, походный шаг с передвижением. Прыжки. <u>Игротанцы</u>: Хореографические упражнения: русский поклон. Открывание руки в сторону и на пояс. Танцевальные упражнения: основные движения русского танца: тройной притоп, «припадание» с поворотом Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка». <u>Игропластика</u>: посегметное расслабление всего тела из положения стоя
	1. Новогодний праздник. 2. Полька тройками (2/4 «Старый жук»)	Подготовка к празднику. Знакомство детей с временами года. Развивать ориентировки в пространстве (в зале). Формировать навыки выразительности,	<u>Игроритмика</u>: Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. Хлопки и удары ногой на сильную долю такта 2/4 и 3/4.

Нобрь, декабрь	3. Танец В лесу родилась елочка». 4. Ритмический танец «Круговая кадриль» (2/4). 5. Сюжетные индивидуальные танцы.	пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев.	<u>Игрогимнастика:</u> Упражнения в ходьбе и беге по сигналу. Размыкание колонн на вытянутые руки вперед и в стороны. Упражнения с предметами. (с флажками, шарфами). <u>Игротанцы:</u> Хореографические упражнения: полуприседы и подъемы на носки. Наклоны. Танцевальные шаги: шаг с поскоком с различными движениями руками. Танцевально-ритмическая гимнастика «Три поросенка» (танцевально-игрового характера) Танцевально-ритмическая гимнастика «марш» (торжественного характера) <u>Игропластика.</u> специальные упражнения для развития гибкости в образных и групповых действиях и заданиях.
Январь, февраль, март	1. Весенний праздник. 2. Ритмический танец «Тайм – степ» (в ритме «ча-ча-ча»). 3. Сюжетные индивидуальные танцы. 4. Общий тематический танец.	Подготовка к празднику. Учить выразительно двигаться в соответствии с музыкой.	<u>Игроритмика:</u> Гимнастическое дирижирование - музыкальный размер 4/4, ¾. <u>Игрогимнастика:</u> Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении. Упражнение с предметами. <u>Игротанцы:</u> Основные движения «Ча-ча-ча». Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнения с мячами». Танцевально-ритмическая гимнастика «По секрету всему свету». <u>Игропластика.</u> посегметное расслабление всего тела. Укрепление осанки
	1. Выпускной бал. 2. Бальный танец «Вальс». 3. Сюжетный массовый танец.	Подготовка к выпуску в школу. Повторение и закрепление танцевальных движений, композиций.	<u>Игроритмика:</u> Повторение пройденного. <u>Игрогимнастика:</u> Повторение пройденного. <u>Игротанцы:</u> Повторение. Основные движения вальса. Танцевально-ритмическая гимнастика «неприятность эту» (с обручем).

Апрель, май	4. Ритмический танец «Самба». 5. Сюжетные индивидуальные танцы.		<u>Игропластика.</u> Упражнения «Лодочка», «Неваляшка»
К концу 4 года обучения ребенок:			
К концу года ребенок знает		К концу года ребенок может	
1. О правилах личной гигиены при занятиях танцевально-ритмическими упражнениями. 2. Основные танцевально-ритмические упражнения этого года обучения.		1. Хорошо ориентироваться в пространстве (в зале). 2. Выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой. 3. Выразить свои впечатления от прослушанной музыки в движениях, определяя общее настроение, характер муз. произведения в целом и его частей. 4. Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами. 5. Передавать несложный муз.- ритмический рисунок, самостоятельно начинать движение после музыкального вступления. 6. Активно участвовать в выполнении творческих заданий. 7. Выполнять танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг. 8. Выразительно и ритмично исполнять бальные танцы и комплексы упражнений, движения с предметами (шарами, обручами, мячами, шарфами, платками и т.д.). 9. Инсценировать песни, придумывать варианты образных движений в хороводах.	