

**Комитет образования администрации города Котовска
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №3 «Сказка» города Котовска Тамбовской области**

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
МБДОУ детского сада № 3 «Сказка»
от «29» августа 2025 г.
Протокол № 1

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ
детским садом № 3 «Сказка»
 А.В. Глушенкова/
Приказ № 81 от 01 сентября 2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Ритмопластика»
(стартовый уровень)**

Возраст обучающихся: 6-7 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель
Попова Марина Владимировна
музыкальный руководитель

Котовск, 2025

1. ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

1. Учреждение	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №3 «Сказка» города Котовска Тамбовской области
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Ритмопластика»
3. Сведения об авторах: 3.1. Ф.И.О., должность, стаж	Попова Марина Владимировна, музыкальный руководитель I категории. Стаж работы в данном учреждении 10 лет
4. Сведения о программе 4.1. Нормативная база	Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р). Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629). Приказ Министерства Просвещения России от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями). Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении СП 2.4.4.3648-20. "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Положение о правилах оказания дополнительных платных образовательных услуг в МБДОУ детском саду №3 «Сказка» (Приказ от 10.01.2022 г. №4)
4.2. Область применения	Дополнительное образование детей
4.3 Направленность	Художественная
4.4 Уровни освоения программы	«Стартовый» (ознакомительный)
4.5. Тип программы	Модифицированная
4.6. Вид программы	Общеразвивающая
4.7 Форма обучения	Очная
4.8. Возраст учащихся по программе	Старший дошкольный возраст 6-7 лет
4.9. Продолжительность обучения	1 учебный год (9 месяцев)

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

1.1. Пояснительная записка

Общеразвивающая программа дополнительного образования «Ритмопластика» (далее – Программа) для детей 6-7 лет разработана на основе программы «Ритмическая мозаика», разработанной на кафедре психологии и педагогики детства ЛОИРО А.И.Бурениной (2012г.). В данной программе предлагается дальнейшее развитие идеи использования музыкально-ритмических движений как средства психологического раскрепощения ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного инструмента.

Направленность Программы – художественная. Воспитывает художественный вкус, художественные способности и склонности детей к искусству, творческий подход, эмоциональное восприятие, готовит ребёнка к постижению разнообразного мира искусства, формирование стремления ребёнка к воспроизведению своих впечатлений от окружающего мира посредством танцевальных движений, психологическому раскрепощению ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного (музыкального) инструмента.

Уровень освоения программы: стартовый (ознакомительный). Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Организационная модель проектирования

Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Актуальность программы: К числу наиболее актуальных проблем относится недостаток двигательной активности детей, что чревато серьёзными проблемами в области здоровья. Сегодня 75% детей страдает гиподинамией, из-за этого увеличивается число сердечных заболеваний, нарушение функций нервной и других систем детского организма, не говоря уже о других заболеваниях. Актуальностью программы «Ритмопластика» является то, что она служит дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психологического напряжения и, следовательно, одним из условий подготовки к учебной деятельности в школе. Занятия ритмопластикой благотворно воздействуют на сердечно-сосудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма.

Педагогическая целесообразность: педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что она носит комплексный характер, так как

включает в себя дисциплины, направленные на развитие различной деятельности (музыкальной, эстетической, интеллектуальной, физической). Другими словами, программа по ритмопластике направлена на общее гармоничное психическое развитие, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей.

Отличительная особенность программы.

Работая над программой, я изучила интересы детей, родителей, возрастные особенности детей среднего, старшего и подготовительного к школе возраста, и учла требования Федерального Государственного образовательного стандарта дошкольного образования. Данная Программа составлена на основе программ:

- А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика»;
- Т.И.Суворовой «Танцевальная ритмика для детей».

Содержание Программы соответствует целям, задачам и направлениям деятельности учреждения, закрепленным в нормативно-правовых документах: Уставе, Лицензии, Программе развития и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста.

Отличительная особенность программы заключается в том, что на занятиях педагогом используются специальные упражнения, которые способствуют формированию правильной осанки и укреплению здоровья. Моделирование занятий строится согласно данной программе. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Адресат программы: Программа адресована обучающимся в возрасте 6-7 лет. Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Условия набора обучающихся: для обучения принимаются все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний); по заявлению родителей (законных представителей).

Количество обучающихся: состав группы постоянный 12-15 человек. Численный состав учащихся в объединении может быть уменьшен при включении в него учащихся с ограниченными возможностями здоровья и (или) детей-инвалидов, инвалидов.

Объем и срок освоения программы: Программа рассчитана на 1 год обучения, что составляет 9 календарных месяцев, 33 академических часа.

Форма обучения – очная.

Режим занятий: Программа реализуется 1 раз в неделю во второй половине дня. Продолжительность занятий обусловлена требованиями СанПиН и составляет 1 академический час - 30 минут для детей 6-7 лет.

Форма занятий:

- по количеству детей - групповая, фронтальная.
- по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей - беседа, практикум, конкурс, фестиваль, итоговый концерт.

Занятия по программе состоят из теоретической и практической части.

Методы и приемы:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения упражнений, использование наглядных пособий и зрительные ориентиры);
- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь педагога);
- объяснения, пояснения, указания;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесные указания.
- слушание музыкальных произведений;
- выполнение и повторение упражнений без изменений и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме; - выполнение упражнений в соревновательной форме.
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.
- показ исполнения композиций детьми (выбор ведущих вместо педагога - по очереди или по желанию);
- показ упражнения условными жестами, мимикой;
- «провокации», то есть специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей и побуждения к тому, чтобы они заметили и исправили ошибку.
- **Особенности организации образовательного процесса.**

Реализуется в объединении по интересам с постоянным составом. Занятия проводятся в группе общеразвивающей направленности детей от 6 до 7 лет. Набор в группы осуществляется на основе свободного выбора дополнительной образовательной программы. Прием заявлений о зачислении в объединение по интересам осуществляется в течение всего учебного года.

Форма занятий: групповая.

1.2. Цели и задачи программы

ЦЕЛЬ: Цель программы: формирование у детей способности к творческому самовыражению посредством обучения танцевальному искусству, повышение общекультурного уровня.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ:

Обучающие:

- Научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, пластике, выразительности движений;
- Научить детей слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;
- Формировать умение ориентироваться в пространстве;
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы;
- Побуждать к импровизации под музыку, сочинению собственных композиций из знакомых движений, придумыванию своих оригинальных движений в импровизации;
- Прививать любовь к прекрасному, трудолюбие, самостоятельность, целеустремленность, умение работать в коллективе и в парах.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей;
- Развивать музыкальный слух и чувство ритма;
- Развивать воображение, фантазию, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения, то есть побуждать детей к творчеству;
- Развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительность и точность движений; умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой.

Воспитательные:

- Воспитание у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности;
- Формирование общей культуры личности ребенка, способности ориентироваться в современном обществе;
- Формирование нравственно-эстетических отношений между детьми и взрослыми, воспитание умения работать в паре, коллективе;
- Воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- Формирование координации и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- Формирование психологического раскрепощения ребенка;
- Формирование навыков здорового образа жизни.

Формы подведения итогов реализации программы:

- открытые занятия для родителей в каждой возрастной группе,
- спортивные и музыкальные развлечения и праздники в детском саду,
- участие в районных и городских мероприятиях, конкурсах.

Организация образовательного процесса:

Структура занятия по ритмопластике – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); ритмика; музыкально-подвижные игры; танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы); танцевально-ритмическая гимнастика.

Основная часть занятия занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.

Заключительная часть занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и упражнения на укрепление осанки. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

Технологии реализации содержания Программы.

Для успешной реализации Программы и создания атмосферы радостного проживания дошкольного детства на занятиях ритмопластикой используются следующие технологии:

- *здоровьесберегающие*: физминутка (пальчиковая, дыхательная, пассивная, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз), динамические паузы; упражнения для правильного распределения мышечной нагрузки на различные части тела;
- *игровые*: речевые, музыкальные, музыкально – дидактические игры, подвижные игры, совместные игры со взрослыми;
- *лично – ориентированные* – для выявления инициативности и самостоятельности ребенка в воплощении художественного замысла, используя его индивидуальные способности, для создания ситуации успеха, поощрения проявлений детской непосредственности;

- *информационно – коммуникативные* – для создания благоприятного эмоционального фона, для регуляции настроения детей;
- *исследовательские* - создание ситуации и пути ее решения (3 этапа: 1 – поиск средств анализа проблемы, 2 – процесс решения проблемы - поиск идеи решения в различных источниках знаний, 3 – доказательство и проверка реализация найденного решения);
- *ТРИЗ* – теория решения изобретательских задач – развитие мышления, гибкости, подвижности, системности, поисковой активности, развитие речи и творческого воображения, умения радоваться успехам других, проявление своей индивидуальности.

1.3. Содержание программы

Учебно-тематический план (подготовительная группа 6-7лет)

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности	1	0,5	0,5	Предварительная диагностика, беседа.
2.	Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.	6	1	5	Педагогическое наблюдение.
3.	Партерная гимнастика.	5	1,5	3,5	Наблюдение с занесением в диагностическую карту открытое занятие, отзывы родителей.
4.	Танцевальные движения.	7	2	5	Фото, видео материалы, открытое занятие, отзывы родителей.
5.	Музыкальные игры	7	0,5	6,5	Педагогическое наблюдение.
6.	Релаксация	6	0,5	5,5	Педагогическое наблюдение.
7.	Итоговое занятие.	1	0	1	Промежуточная аттестация, итоговый контроль, отзывы родителей.
Итого:		33	6	27	

Содержание учебно-тематического плана

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: Детям объясняется цель и задачи занятий в кружке «Ритмопластика», рассказывается о том, какие навыки и умения они

приобретут в учебном году, как будут проходить занятия, план работы. Нормы и правила поведения. Общие правила техники безопасности в музыкальном зале, также показ мультимедийной презентации. Проводится диагностика детей. (См. 2.4. Оценочный материал)

Практика: Диагностические игровые упражнения по показу и самостоятельно. (См 2.4. Оценочный материал).

Тема 2: Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

Теория: Определение основных понятий: гимнастика, разминка, темп, динамика, регистр, чувство ритма. (См. Приложение 1.) Знакомство с упражнениями и перестроениями. Объяснение правил выполнения движений. Показ педагога.

Практика:

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Виды упражнений на год.

- Обычная ходьба в умеренном темпе, упражнение на координацию рук, мелкий бег по кругам разного цвета, прямой галоп, боковой галоп со сменой направления движения, поскоки, хороводный шаг.
- Ходьба врассыпную, по большому кругу, смена направления движения. Перестроение в две шеренги, две колонны.
- Ходьба на носках, полупальцах, пятках, с перекатом с пятки на носок, спиной вперед, выпадами, крестным шагом.
- Ходьба с закрытыми глазами, гимнастическая ходьба.
- Маршировка с высоким подниманием колен; маршировка с высоким подниманием прямой ноги – «генеральский шаг»; широкий шаг – шаг «великана»; мелкий шаг – шаг «гномиков»; вдоль стен с четкими поворотами в углах зала; по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол; парами по кругу, соблюдая дистанцию; ходьба по залу, меняя направление: направо, налево, по диагонали, змейкой; ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, в круг, из круга; ходьба с предметом в руках: с флажками, маленькими резиновыми мячами и т.д.; перешагивание через препятствия: веревка, гимнастическая палка и т.д.;
- В соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.
- Обычный легкий бег. Бег с высоким подниманием колен. Бег на носках. Бег широким шагом. Бег с отведением назад согнутой в колене ноги. Бег крестным шагом.
- построение в шеренгу, в круг, цепочкой;
- построение в колонну, в колонну по два, по три, по четыре;
- построение в пары, в шахматном порядке;
- перестроение из колонны по одному в колонну по два, по четыре;
- построение круга из движения врассыпную;
- перестроение в круг из шеренги, из цепочки;

- перестроение из колонны парами в колонну;
- перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга;
- перестроение из общего круга в кружочки по два, три человека и обратно в общий круг;
- перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их;
- перестроение из концентрических кругов в «звёздочки».

Упражнения на согласование движений с музыкой, развитие координации и чувства ритма.

Виды упражнений на год.

- Хлопки и притопы на каждый счёт, через счёт, только на первый счёт.
- Акцентированная ходьба.
- Выполнение движений руками в различном темпе.
- Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт и наоборот.
- Выполнение упражнений (ходьба, бег, танцевальные шаги) в различном темпе, включая одновременные движения рук и ног, с хлопками.
- Выполнение упражнений на различие разнообразных динамических оттенков музыки (тихо, громко) с различной силой, амплитудой.
- Выполнение упражнений на различие регистра (высоко – низко).
- Выполнение разнообразных ритмических рисунков на хлопках и шагах.
- Бег – легкий, ритмический, широкий, острый.
- Прыжки – на двух ногах, на месте, с продвижением вперед.
- задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные упражнения
- группировки сидя, лёжа на спине; перекаты в положении сидя, лёжа («орешек», «брёвнышко»); равновесие на носках
- («балерина»); равновесие, стоя на одной ноге («петушок», «цапля», «ласточка»); равновесие в упоре сидя («самолёт»); на
- гибкость («мостик», «кольцо», «шпагат», «берёзка», «птица», «книжка»); на формирование осанки («стрела», «ракета»,
- «веточка», «змея») и другие).

Тема 3: Партерная гимнастика.

Теория: Основные понятия Знакомство с упражнениями, правила их выполнения. Просмотр мультимедийных презентаций «Основные гимнастические упражнения», «Учись делать правильно».

Практика:

Комплекс упражнений сидя на полу:

- Упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава: сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы; «Солнышко».
- Упражнение для растягивания ахилового сухожилия: «Чемоданчик».
- Упражнения для развития паховой выворотности: «Бабочка», «Гармошка».

- Упражнения на укрепление позвоночника, мышц таза: «Жучок».
- Комплекс упражнений лёжа на спине:**
- Упражнения на пресс: поднятие ног, «Велосипед»
 - Упражнение для пресса и укрепления мышц поясничного отдела позвоночника «Берёзка»
 - Упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пояса: «Кораблик», «Горка», «Крутая горка».
- Комплекс упражнений лёжа на животе:**
- Упражнения для развития гибкости «Окошечко», «Змейка», «Лягушка», «Самолётик», «Корзинка».
- Комплекс упражнений для растягивания мышц ног:**
- «Чемоданчик» в парах, ноги по сторонам, «Бабочка» в парах, «Полушпагат».
- Комплекс упражнений на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики):**
- Плавный переход из упражнения в упражнение: «Книжка», «Бабочка», «Лодочка», «Колечко», «Мостик», «Березка», «Улитка»; «Рыбка», «Коробочка».
 - Упражнения для тренировки равновесия, мышц плечевого пояса: «Ласточка», «Учимся плавать». (См. Приложение 1).

Тема 4: Танцевальные движения

Этой теме отводится наибольшее количество часов. Танцевальные композиции включают в себя образно-танцевальные композиции, «речевые танцы». В работе над этим разделом совершенствуются танцевальные движения детей, обогащается их двигательная лексика. Работа происходит в два этапа сначала идет знакомство с отдельными танцевальными движениями, из которых состоит танцевальная композиция, а затем над образом и техникой выполнения танцевальной композиции. Простота содержания отражена в созвучной стилю музыки и текста грации движений. Детям не трудно запомнить такое количество движений, так как они, схватывая сюжетную канву текста, легко настраиваются на каждый следующий поворот танца.

Практика: В начале работы, специалист может выполнять танцевальные движения вместе с детьми. Это увлекает детей и усиливает желание поскорее овладеть определенными двигательными навыками.

- Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»).
- Поочередное выставление ноги на пятку вперед
- Притопывание одной ногой
- «Выбрасывание» ног
- Пружинные полуприседы
- Полуприсядка для мальчиков
- Поворот на 360 градусов на шагах, прыжках
- Приставной шаг в сторону
- Комбинации из танцевальных шагов

- Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однонаправленные и симметричные)
- Танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке, шляпками) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные;
- Работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками;
- Движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями;
- Танцевальные движения в парах;
- Построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии;
- Движения польки по кругу;
- «Летка-енка» в различных видах построения.

Танцевальные композиции

1-е полугодие:

«В коробке с карандашами» Г. Гладков;
 «Чико-Нико»;
 «Маленькие гномики»;
 «Барбарики»;
 Полька «Кремена».

2-е полугодие:

«Хелло, тебе привет»
 «Вару-вару»;
 «Юные волшебники»;
 «Ёжик - почтальон»;
 «Мы маленькие звёзды».

См. Приложение 2

Тема 5: Музыкальные игры. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.

Теория: Знакомство с игрой педагог проводит следующим образом:

- Название игры.
- Роли играющих и их расположение в музыкальном зале. Если вводится новый, неизвестный детям персонаж, то педагогу для скорейшего понимания игровых действий необходимо использовать картинки, игрушки, сказки.
- Содержание. Для прояснения сюжета игры педагог проводит предварительную работу. Читает детям художественные произведения. Организует наблюдения за природой, за животными, деятельностью людей различных профессий (водителями, спортсменами и т. д.), просмотр видеофильмов, мультфильмов, кино- и диафильмов. Проводит консультации.
- Объяснение правил игры.
- Знакомство с движениями игры, словами и попевками.

Игры и упражнения, направленные на снятие эмоционального напряжения, создание благотворного климата на занятии, игры для совершенствования двигательной активности ребенка, поддержки интереса к предмету. Это раздел включает важные и неотъемлемые для полноценного развития ребенка задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, группе, проявляются личностные качества, а педагог в процессе игры имеет возможность корректировать отношение между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условие для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках, заданных правил.

Практика:

В программе используются следующие музыкальные игры:

- «Найди своё место»
- «Мы – весёлые ребята»
- «Совушка»
- «Цапля и лягушки»
- «У медведя во бору»
- «Море волнуется»
- «Ровным кругом»
- «Сломанный телевизор»
- «Копилка»
- «Космонавты»
- «Раз, два, добрый день»
- «Магазин игрушек»
- «Марионетки»
- «Карусели»
- «Ниточка, иголочка, узелок»
- «Эхо»
- Танец-игра «Лавата»
- «Завивайся ниточка в клубок»
- «Весёлая карусель»
- «Самолёты»

Описание игр смотрите Приложение 3

Тема 6: Релаксация - глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения.

- Теория: Основные понятия (См. Приложение 1). Знакомство с упражнениями, направленными на релаксацию, их объяснение и выполнение. Просмотр мультимедийных пособий.

Рекомендации по применению техники релаксации:

- Релаксационные упражнения рекомендуется выполнять в спокойной, расслабляющей обстановке. Также во время выполнения упражнений на релаксацию следует включать приятную музыку или звуки природы.
- Перед выполнением упражнений рекомендуется провести инструктаж с детьми. Им нужно объяснить, как правильно расслабиться во время упражнений, а также поговорить о технике выполнения упражнений.
- Непосредственно во время занятия преподаватель должен проследить, в достаточной ли степени расслаблены дети.
- Следует объяснить детям, как правильно выполнять основные позы:
Поза отдыха - дети ложатся на ковёр, принимают удобное расслабленное положение, руки вытянуты вдоль тела, ноги прямые.
Поза «Алмаз» - дети должны сесть на пятки, держа спину прямо, ладони сложены на коленях.
- После того, как основные упражнения на релаксацию будут усвоены детьми хорошо, расслабление следует проводить с закрытыми глазами.
- Во время упражнений на релаксацию нужно учить детей распознавать в себе ощущение напряжённости и расслабленности.
- Следует научить детей правильной технике дыхания - дыхание должно быть глубоким, вдох через нос, выдох через рот.
- Если дети после релаксации хотят полежать, стоит им это разрешить.
- Из расслабленного состояния нужно выходить постепенно, сначала потянуться, затем открыть глаза, а после медленно принять сидячее положение.

Практика:

Комплекс упражнений на релаксацию:

- Упражнение на расслабление мышц лица:

«Озорные щечки».

Набрать воздух, сильно надувая щеки. Задержать дыхание, медленно выдохнуть воздух, как бы задувая свечу. Расслабить щеки. Затем сомкнуть губы трубочкой, вдохнуть воздух, втягивая его. Щеки при этом втягиваются. Затем расслабить щеки и губы

- Упражнения на расслабление мышц рук.

«Вибрация».

Какой сегодня чудный день! Прогоним мы тоску и лень. Руками потрясли. Вот мы здоровы и бодры.

«Лимон».

Опустить руки вниз и представить себе, что в правой руке находится лимон, из которого нужно выжать сок. Медленно сжимать как можно сильнее правую руку в кулак. Почувствовать, как напряжена правая рука. Затем бросить "лимон" и расслабить руку:

Я возьму в ладонь лимон.

Чувствую, что круглый он.

Я его слегка сжимаю —

*Сок лимонный выжимаю.
Все в порядке, сок готов.
Я лимон бросаю,
руку расслабляю.*

Выполнить это же упражнение левой рукой.

«Пара»

(попеременное движение с напряжением и расслаблением рук).

Стоя друг против друга и касаясь выставленных вперед ладоней партнера, с напряжением выпрямить свою правую руку, тем самым сгибая в локте левую руку партнера. Левая рука при этом сгибается в локте, а у партнера выпрямляется.

- Упражнение на релаксацию с сосредоточением на дыхании.

«Ленивая кошечка».

Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка.

Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнося звук "а".

- Упражнение на релаксацию с сосредоточением на дыхании.

«Задуй свечу».

Глубоко вдохнуть, набирая в легкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдохнуть, как бы дую на свечу, при этом длительно произносить звук "у".

- Упражнение на расслабление мышц лица.

«Злюка успокоилась».

Напрячь челюсть, растягивая губы и обнажая зубы. Рычать что есть сил.

Затем сделать несколько глубоких вдохов, потянуться, улыбнуться и, широко открыв рот, зевнуть:

А когда я сильно злюсь, напрягаюсь, но держусь.

Челюсть сильно я сжимаю и рычаньем всех пугаю (рычать).

Чтобы злоба улетела и расслабилось все тело,

Надо глубоко вдохнуть, потянуться, улыбнуться,

Может, даже и зевнуть (широко открыв рот, зевнуть).

- Упражнения на расслабление мышц лица.

«Рот на замочке».

Поджать губы так, чтобы их совсем не было видно. Закрыть рот на "замочек", сильно-сильно сжав губы. Затем расслабить их:

У меня есть свой секрет,

не скажу его вам, нет

(поджать губы).

Ох как сложно удержаться,

*Ничего не рассказав (4—5 с).
Губы все же я расслаблю,
А секрет себе оставляю.*

- Упражнения на расслабление мышц ног.

«Палуба».

Представьте себя на корабле. Качает. Чтобы не упасть, нужно расставить ноги шире и прижать их к полу. Руки сцепить за спиной. Качнуло палубу — перенести массу тела на правую ногу, прижать ее к полу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямиться. Расслабить ногу. Качнуло в другую сторону — прижать левую ногу к полу. Выпрямиться! Вдох-выдох!

Стало палубу качать!

Ногу к палубе прижать!

*Крепче ногу прижимаем,
а другую расслабляем.*

«Слон».

Поставить устойчиво ноги, затем представить себя слоном. Медленно перенести массу тела на одну ногу, а другую высоко поднять и с "грохотом" опустить на пол. Двигаться по комнате, поочередно поднимая каждую ногу и опуская ее с ударом стопы об пол. Произносить на выдохе "Ух!".

- Упражнение на расслабление всего организма.

«Снежная баба».

Дети представляют, что каждый из них снежная баба. Огромная, красивая, которую вылепили из снега. У нее есть голова, туловище, две торчащие в стороны руки, и она стоит на крепких ножках. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно начинает припекать, и снежная баба начинает таять. Далее дети изображают, как тает снежная баба. Сначала тает голова, потом одна рука, другая. Постепенно, понемножку начинает таять и туловище. Снежная баба превращается в лужицу, растекшуюся по земле.

Тема 7: Итоговое занятие.

- Промежуточный мониторинг и показ пройденного материала на открытом занятии в конце первого полугодия;
- Итоговая диагностика и отчетный концерт в конце года.

Теория: Этап подведения итогов, проверка успеваемости новых знаний, умений и навыков. В ходе последнего занятия с детьми проводится итоговая беседа, в которой они должны самостоятельно ответить на вопросы по всем темам программы. Желательно, чтобы дети также смогли дать внятное словесные описания музыкальным номерам и танцам, которые они изучали в течение года.

Практика: Самостоятельно, желательно без подсказок музыкального

руководителя, дети должны повторить все танцевальные движения и комбинации, изученные ими за год.

Упражнения и творческие задания для итоговой диагностики

Выявление качества музыкально-ритмических движений:

- Выполнение самых простых танцевальных движений
- Создание образа для танцевальных либо игровых номеров

Выявление уровня ритмического слуха:

- Цель заданий - формирование у детей умения выполнять музыкально-ритмические движения под музыку различных жанров и темпов;
- Цель заданий - выявление склонности к равномерной ритмической пульсации;
- Цель заданий - определение уровня ритмичности.

Задания, определяющие уровень артистичности и творчества в танце:

- Задание на умение импровизировать;
- Задание на грамотную и точную передачу игрового образа;
- Задание "Почувствуй себя учителем".

Одним из важных критериев оценивания является анализ выступлений на концертах, мероприятиях, открытых заданиях.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

По окончании курса обучения занимающиеся дети будут:
Знать:

- правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов;
- о назначении отдельных упражнений музыкально – ритмической пластики;
- основные танцевальные позиции рук и ног, чувство ритма, темпа, координации;
- определённый «запас» движений в танцевальных упражнениях;
- знать различные виды передвижений по залу;

Уметь:

- исполнять танцевальные движения самостоятельно и в коллективе;
- в музыкально-подвижной игре показывать различные образы;
- понимать образно – игровые композиции;
- ориентироваться в современном обществе;

Обладать:

- активностью и самостоятельностью, коммуникативными способностями;
- способностью ориентироваться в современном обществе;
- нравственно-эстетическими отношениями между детьми и взрослыми, умением работать в паре, коллективе;
- интересом к занятиям хореографией, к ведению здорового образа жизни

- высоким уровнем координационных движений .
- психологической раскрепощенностью, психологической зрелостью, согласно уровню его восприятия (7 лет)

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

2.1. Календарный учебный график

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Ритмическая мозаика»

год обучения: 1 календарный год (9 месяцев)

группа: № 4

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий	Продолжительность занятий
08.09. 2025	25.05. 2026	33	33	1 раз в неделю 1 час	1 час (30 минут)

См. Приложение 4

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

- Практические занятия проводятся в музыкально-спортивном зале;
- Наличие подсобных помещений: кладовая, костюмерная.

Перечень оборудования

- Специальная литература.
- USB-флеш-накопитель с музыкальными произведениями к сказкам
- Компакт – диски современных композиторов, эстрадные мелодии, классические произведения.

Для организации занятий имеется следующее материально - техническое обеспечение:

- Стол – 1 шт.,
- Стулья – 25 шт.,
- Канат – 1 шт.,
- Зеркала-5 шт.;
- Тренажер – 1 шт.,
- Скамейка - 2 шт.,
- Мат – 1 шт.,
- Воротики – 4 шт.,
- Обруч – 10 шт.,
- Скакалка – 10 шт.,
- Гимнастические палки – 20 шт.,

- Гимнастические ленты – 10 шт.,
- Мячи большие и маленькие – 20 шт.,
- Султанчики – 50 шт.,
- Платочки – 50 шт.,
- Флаги – 50 шт.,
- Кубики – 30 шт.,
- Массажная дорожка - 2 шт.,
- Кегли – 20 шт.,
- Хопы – 8 шт.,
- Погремушки – 50 шт.,
- Бусы – 10 шт.
- Гимнастические коврики – по числу детей.,
- Картотека музыкальных игр.

Информационное обеспечение:

Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук (совместно просматривать выступления детей). Музыкальный фонд. USB-флеш-накопитель, мультимедиа-проектор.

Методическое обеспечение:

разработки игр, бесед, конкурсов, открытых занятий.

Кадровые ресурсы: музыкальный руководитель.

2.3. Формы аттестации

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Начальный или входной контроль		
В начале учебного года	Определение уровня музыкально-ритмического развития обучающихся.	Беседа, опрос, анкетирование.
Текущий контроль		
В течение всего учебного года	Определение степени усвоения обучающимися программного материала. Определение их готовности к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности обучающихся в обучении. Выявление обучающихся, не усваивающих материал и опережающих обучение. Подбор наиболее	Педагогическое наблюдение, опрос, тренировочные упражнения, конкурсы, игры, соревнования. участие детей в конкурсах, мероприятиях учреждения и города; отзывы

	эффективных методов и средств обучения.	родителей о работе творческого объединения; фото и видео материалы.
Промежуточный контроль		
В середине учебного года	Определение изменения уровня музыкально-ритмического развития обучающихся за первое полугодие.	Опрос; игровые ситуации и творческие импровизации; открытое занятие;
Итоговый контроль		
В конце учебного года	Определение изменения уровня музыкально-ритмического развития обучающихся за год. Определение результатов обучения по программе. Получение сведений для совершенствования содержания программы, методов обучения	Отчетный концерт; участие в конкурсах танцевального творчества на уровне ДОУ и города.

2.4. Оценочные материалы

Система оценки достижений детей:

Важную роль в выполнении программных задач играет процесс мониторинга, который направлен на комплексное использование контрольных средств, систематическую и плановую деятельность воспитателя.

Цели мониторинга:

- Выявления начального уровня развития танцевально - ритмических способностей ребёнка.
- Проектирование индивидуальной работы.
- Оценки эффекта педагогического воздействия.

Мониторинг проводится в три этапа:

- в начале учебного года (сентябрь) с использованием таких методов как беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые упражнения;
- в конце первого полугодия (декабрь) в виде открытого урока;
- в конце учебного года (май) проводится отчетный концерт.

Мониторинг танцевально-ритмической деятельности

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

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

Вопросы:

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

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

Вопросы:

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

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

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

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

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

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

Диагностические игровые и ритмические упражнения для предварительной аттестации

Выявление качества музыкально-ритмических движений:

Выполнение элементов танца:

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

Создание музыкально-игрового образа:

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

Выявление уровня ритмического слуха:

Послушать мелодию (четырёхтактное построение) и отхлопать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей.

Игровые диагностические задания для выявления особенностей воспроизведения детьми музыкальных образов в движении:

Вариант 1 Несюжетные этюды

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

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

Вариант 2 Сюжетные этюды

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

Пример: «Подружки», музыка Т. Ломовой. Сюжет: пошли подружки в поле погулять, а там цветов красивых видимо-невидимо. Как зеленый ковер, трава расстилается, под теплым ветерком цветы головками кивают. Стали девочки цветы собирать — красный мак, белую ромашку, синие васильки, лиловые колокольчики, розовую кашку. Нарвали большие букеты и начали плести венки. Надели венки на голову — собой любуются. Притопнули каблучком и

заплясали. Довольные прогулкой, пошли девочки обратно домой. Музыка представляет собой 3-х частную форму, предполагающую действия: 1 часть — прогулка, сбор цветов, плетение венков, 2 часть — веселый перепляс и 3 часть — ходьба.

В процессе анализа результатов особое внимание обращается на следующие моменты:

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

Уровни развития танцевально-ритмических навыков.

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

гимнастические и имитационные движения.

«2» - Средний уровень. Движения выполняются довольно точно и выразительно, но нет

творческой активности в создании музыкально-двигательных образов.

«3» - Высокий уровень. Прочно владеют всеми техническими навыками и приемами.

Проявляют творческое отношение к исполнению танцев, хороводов, игр и упражнений.

Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями.

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

«2» - Средний уровень – производит смену движений с запаздыванием (по показу других

детей), движения соответствуют характеру музыки;

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

движения соответствуют характеру музыки;

Уровень ритмического слуха.

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

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

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

Уровень качества танцевально-ритмических движений, координации.

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

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

«3» - Высокий уровень – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

Уровень артистичности и творчества в танце.

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

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

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

Уровень артистичности и творчества в танце.

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

«2» - Средний уровень - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

«3» - Высокий уровень – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

Таблица мониторинга танцевально-ритмической деятельности

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

Н. г – начало года

К.г – конец года.

2.5. Методические материалы

Мультимедийная презентация «Инструктаж по технике безопасности».

Видео «Танцевальные разминки для детей 6-7 лет».

Мультимедийные презентации «Основные упражнения партерной гимнастики».

Иллюстрации и фотографии по сюжету танца, сказки; мультимедийная презентация «Учитесь танцевать», «Элементарные танцевальные движения», методическое пособие А. И. Бурениной «Ритмическая мозаика», «Правила поведения на сцене», фото и видео танцевальных композиций.

Картотека подвижных игр для детей 6-7 лет

Мультимедийная презентация «Основные позы релаксации», видео «Как правильно дышать во время релаксации»

Методическое обеспечение программы.

Для достижения поставленной цели и реализации задач используются следующие методы обучения:

Игровой метод проведения занятий является основным, он облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятия, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка;

Наглядный

- наглядно-слуховой приём.
- наглядно-зрительный приём.

Исполнение танцевальных движений должно сопровождаться показом. Показ движения нужно заранее хорошо продумать- сравнительно легко продемонстрировать действия отдельных персонажей-образов и намного сложнее развернуть сюжет игры или различные композиционные построения;

Словесный - беседа о характере музыки, средствах её выразительности, объяснение. Рассказ, инструктаж, напоминание и т.д. Этот метод широко применяется в процессе обучения ритмопластике как самостоятельный, так и в сочетании с наглядными и практическими методами;

Практический. При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях, а затем уже включать их в игры, танцы;

Соревновательный метод (с установкой на лучшее исполнение);

Запоминания танцевальных движений с помощью представления;

Метод разучивания в целом (игровой и соревновательный);

Метод поэтапного обучения;

Расчленённый метод (изучить сначала движения только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнений);

Целостный метод обучения (приёмы - слуховой, наглядно - зрительный, тактильный и т.д.).

Алгоритм учебного занятия:

Вводная часть:

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

Подготовительная часть занятия:

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

Основная часть занятия:

- партерная гимнастика;
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение

пройденных;

- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных;

Заключительная часть:

- музыкальная игра;
- релаксация;
- построение, поклон.

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Оформление методического обеспечения

№ п/п	Название раздела, темы	Формы занятий	Материально-техническое оснащение занятий, дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения	Формы подведения итогов
1.	Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности	Теоретические, практические занятия.	Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фон Мультимедийная презентация «Инструктаж по технике безопасности».	Методы: словесный метод, наглядный, игровой метод, творческий метод. Приёмы: рассказ, беседа, инструктаж; демонстрация презентации. Технологии: Здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, игровые.	Беседа, диагностические игровые упражнения.
2.	Ритмика и танцевальная разминка	Теоретические, практические занятия.	Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд Видео «Танцевальные разминки для детей 6-7 лет». Словарь терминов. Коврики, мячи, скакалки, хопы, флажки	Методы: словесный, практический, наглядный; упражнение, мотивация, стимулирование. Приёмы: объяснение методики исполнения движений; педагогическая оценка. Технологии: разноуровневого, развивающего, группового обучения, здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные технологии, игровые технологии.	Педагогическое наблюдение и анализ педагога по результатам практической деятельности; Открытое занятие, отзывы родителей.
3.	Партерная гимнастика	Теоретические, практические занятия.	Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд Словарь терминов.	Методы: словесный, практический, наглядный, метод аналогий. Приёмы: объяснение методики исполнения движений;	Наблюдение с занесением в диагностическую карту открытое занятие, отзывы родителей.

			Мультимедийные презентации «Основные упражнения партерной гимнастики». Коврики гимнастические.	педагогическая оценка, упражнение, повторение, соревнование; Образный показ педагогом эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем; Демонстрация наглядных пособий, приём тактильно-мышечной наглядности; Технологии: разноуровневого обучения, развивающего, личностно-ориентированного, группового обучения; здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные.	
4.	Танцевальные движения	Теоретические, практические занятия.	Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд Словарь терминов. Атрибуты для сюжетных танцев: мягкие игрушки, раздаточный материал «времена года»: листики, цветочки, снежинки, дождик; зонтики, обручи. Иллюстрации и фотографии по сюжету танца, сказки; мультимедийная презентация «Учитесь танцевать », «Элементарные танцевальные движения», методическое пособие А. И. Бурениной «Ритмическая мозаика», «Правила	Методы: словесный, практический, наглядный, метод аналогий, игровой метод, метод творческих заданий и проблемно-поисковых ситуаций; упражнение, мотивация, стимулирование. Приёмы: рассказ; объяснение методики исполнения движений; беседа о характере музыки, средствах её выразительности; пед. оценка; Упражнение, повторение, детское «сотворчество»; Образный показ педагогом, эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем; демонстрация наглядных пособий; приём тактильно-мышечной наглядности; наглядно-слуховой приём; виде: с ролями, игровыми действиями,	Фото, видео материалы, открытое занятие, отзывы родителей

			поведения на сцене», фото и видео танцевальных композиций.	соответствующим игровым оборудованием; хореографическая импровизация; приём художественного перевоплощения. Сочинение танцевальных этюдов. Технологии: разноуровневого обучения, развивающего, личностно-ориентированного, группового обучения коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, игровые, технологии ТРИЗ.	
5.	Игровая деятельность	Теоретические, практические занятия.	Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд Обручи, игрушка Ворона, султанчики, ленточки. Картотека подвижных игр для детей 6-7 лет	Методы: словесный, практический, наглядный, игровой, метод аналогий, метод творческих заданий и проблемно-поисковых ситуаций; Приёмы: объяснение правил, игровая ситуация; соревнование; детское «сотворчество»; образный показ педагогом; дидактическая игра; воображаемая ситуация в развернутом виде: с ролями, игровыми действиями, соответствующим игровым оборудованием; игровые проблемные ситуации; подражание образам окружающей действительности; мотивация, стимулирование. Технологии: развивающего, личностно-	Педагогическое наблюдение и анализ педагога по результатам практической деятельности.

				ориентированного, группового обучения, коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие, игровые.	
5.	Музыкальные игры	Теоретические, практические занятия.	Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд Картотека музыкальных игр для детей 6-7 лет	Методы: словесный, практический, наглядный, <i>игровой, метод аналогий, метод творческих заданий и проблемно-поисковых ситуаций</i> ; Приёмы: <i>объяснение правил, игровая ситуация; соревнование; детское «сотворчество»; образный показ педагогом</i> ; дидактическая игра; воображаемая ситуация в развернутом виде: с ролями, игровыми действиями, соответствующим игровым оборудованием; игровые проблемные ситуации; подражание образам окружающей действительности; мотивация, стимулирование. Технологии: развивающего, личностно-ориентированного, группового обучения, коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие, игровые.	Педагогическое наблюдение и анализ педагога по результатам практической деятельности.
6.	Релаксация	Теоретические, практические занятия.	Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд Словарь терминов. Коврики, мультимедийная презентация «Основные позы	Методы: словесный, практический, наглядный, игровой, метод аналогий. Приёмы: рассказ, объяснение, педагогическая оценка; Упражнение, повторение, демонстрация презентации,	Педагогическое наблюдение и анализ педагога по результатам практической деятельности

			релаксации», видео «Как правильно дышать во время релаксации»	образный показ педагогом; подражание образам окружающей действительности; мотивация, стимулирование. Технологии: развивающего, группового обучения, здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, игровые.	
7.	Итоговое занятие. Открытое занятие для родителей, участие в концерте.	Теоретические, практические занятия. Открытый урок, концерт	Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд. Мультимедийные презентации для открытого занятия и концерта, костюмы, атрибуты для танцев	Методы: словесный, практический, метод аналогий, игровой метод, метод творческих заданий и проблемно-поисковых ситуаций; Приёмы: инструктаж, педагогическая оценка; Игровая ситуация, соревнование, детское «сотворчество»; хореографическая импровизация; приём художественного перевоплощения, сочинение танцевальных этюдов. Технологии: коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные технологии, игровые.	Промежуточная аттестация, итоговый контроль, отзывы родителей.

2.6. Список литературы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт-Петербург, 2000
2. Вихарева Г.Ф. «Споем, попляшем, поиграем» Вихарева СПб «Музыкальная палитра» 2011г.
3. Минеева Л.И. «Музыка для ритмики» СПб, «Композитор», 2002г.
4. Назарова А.Г. «Игровой стретчинг». СПб, 2013
5. Нищева Н.В. «Кабинет Логопеда. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики» СПб; «Детство –ПРЕСС», 2013
6. Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет». М, Мозаика-Синтез, 2013
7. Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. «Двигательный игротренинг для дошкольников». СПб; ТЦ «Сфера», 2009
8. Руднева С., Фиш Э. «Музыкальное движение», СПб «Гуманитарная Академия» 2000г.
9. Соколова Л.А. «Детские Олимпийские Игры». Волгоград: Учитель,
10. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» вып. 4
11. Суворова Т.И., Л.Казанцева, Ирина Шарифуллина, Ольга Румянцева «Спортивные Олимпийские танцы для детей 2», СПб, 2008
12. Сулим Е.В. «Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг». М ,ТЦ «Сфера», 2012
13. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб; «Детство–ПРЕСС», 2000

Список научной литературы, расширяющей кругозор педагога

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.: 2002.
2. Богомолова Л. Основы танцевальной культуры. М.: 2001.
3. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
5. Журнал «Дополнительное образование», №11, 2003г.
6. Рокитянская Т.А. Музыкальные занятия с детьми от 3 до 9 лет. – Ярославль. «Академия развития», 2002.
7. Федорова Г.П. Танцы для детей.- С-Пб. «Детство – пресс»,2000.
8. Чибрикова– Луговская А.Е. Ритмика. – М. «Дрофа», 1998.

Список литературы для детей и родителей по тематике занятий

1. Большева Т. В. Учимся по сказке. Развитие мышления дошкольников с помощью мнемотехники.
2. Козырева Н. А. «Умнеем — играючи!»
3. Синкевич Е. А., Бولیиева Т. В. Физкультура для малышей.
4. Страковская В.Л. «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет» М.Новая школа, 1994г.
5. Филиппова С. О. Мир движений мальчиков и девочек.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Упражнение «Солнышко» (ноги на полу на ширине 90°, руки раскрыты в стороны. Музыкальный размер 4/4:1 такт – наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, левой рукой коснуться носка правой ноги, правой рукой дотронуться до левой ноги. 2 такт – вернуться в исходное положение, движение повторить с левой ноги).

Упражнение «Бабочка» - ноги на полу подтянуты к себе, колени раскрыть в стороны, руки на коленях. Стараемся коленями достать до пола «развернуть у бабочки крылья».

Упражнение «Лодочка» – лежа на животе, ноги прямые, руки вытянуты вперед. Поочередно поднимаем ноги и руки, изображая качающуюся лодочку.

Упражнение «Лягушка». И.п. – сесть на пол, ноги согнуты в коленях, бедра отвести назад в стороны, стопы соединить подошвенной частью.

Упражнение «Самолетик». И.п. – лежа на животе «раз – четыре» - поднять вытянутые ноги назад над полом и прогнуться, руки назад; «раз – четыре» - вернуться в исходное положение.

Упражнение «Коробочка». И.п. – лежа на животе. Упираясь на руки прогнуть спину назад. Согнув ноги в коленях, постараться коснуться ногами головы.

Упражнение «Жучок». И. п. Сесть в позу прямого угла. Руки в упоре сзади (высокий упор). Носки оттянуты. 1-4 - Согнуть правую ногу в колене, подтянуть ее по полу пяткой к ягодице. Левая нога прямая. 5-8 - Согнуть левую ногу и подтянуть ее к ягодице, одновременно выпрямляя правую ногу.

Упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава:

сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в положении face. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - умеренный, чёткий. На «1» - стопы сокращаются, голова поворачивается к правому плечу, на «2» - стопы вытягиваются в И.П., голова возвращается в положение face, на «3» - стопы вновь сокращаются, голова поворачивается к левому плечу, на «4» - стопы и голова возвращают в И.П. Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (4 пальца вместе), прямой спиной.

Упражнение «Чемоданчик» И.П.: ноги натянутые, руки находятся в свободном положении, ладони лежат на полу. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - плавный, мелодичный. На «1» - руки поднимаются вверх, на «2» - корпус вместе с руками опускаются на ноги. На «3, 4» лежим. В этом положении находимся 4 такта 4/4. Недопустимо расслабление мышц, поднятие корпуса возможно только углубление. Следить за сомкнутыми между собой ногами, за тем, чтобы первоначально ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

Упражнение «Гармошка». И.П.: ноги натянуты, корпус прямой, руки находятся в свободном положении немного позади спины, ладонями в пол. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - чёткий. На «1» - правая нога, сгибаясь в колене, ведётся по полу и ставится на носок, на «2» - нога кладётся на пол, как можно плотнее, на «3» - нога возвращается в вертикальное положение, на «4» - п.н. возвращается в И.П. Аналогично выполняется движение левой ногой. Следить за прямой спиной и за бёдрами.

Упражнение поднятие ног. И.П.: ноги натянутые, поясница лежит на полу, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - плавный, мелодичный, темп - умеренный. На 1-ый такт 4/4 - правая нога отрывается от пола и поднимается как можно выше, на 2-ой такт 4/4 - нога сохраняет положение, усиливая амплитуду, на 3-ий такт 4/4 - нога медленно опускается в И.П., на 4-ый такт 4/4 - пауза в И.П. Аналогично движение повторяет левая нога, затем это же движение выполняют обе ноги одновременно. Следить за натянутостью стоп, колен, как рабочей ноги, так и опорной, за ровностью спины. Помощь руками не желательна.

Упражнение «Велосипед». И.П.: ноги на 90 градусов, стопы сокращены, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер - 2/4 или 4/4, характер - чёткий, темп - быстрый. Ноги поочередно сгибаются в коленях, описывая, круг в воздухе.

Упражнение «Берёзка» И.П.: ноги лежат на полу, стопы натянуты, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, темп - умеренный. На «1, 2» натянутые ноги поднимаются на 90 градусов, на «3,4» - носки стремятся ввысь, при этом таз отрывается от пола, и так же стремится ввысь. Должна образоваться прямая линия, начиная от стоп ног заканчивая лопатками. Держаться в таком положении 4 такта 4/4, на «1,2» - таз опускается на пол, на «3,4» - ноги опускаются на пол в И.П.

Упражнение «Ласточка». И.П.: встать прямо, ноги вместе, руки разведены в стороны, ладони вниз. 1-4 - Стоя на одной ноге, не сгибая ее, перевести тело и вторую ногу (нога прямая с оттянутым носком) в горизонтальное положение. Руки прямые. Голова вперед, вверх. Прогнуться. Задержаться на время. 5-8 - Вернуться в и. п. Повторить то же другой ногой.

Упражнения «Окошечко». И.П.: ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - чёткий. На «1» - руки сгибаются в локтях и ставятся возле грудной клетки, на «2» - руки открываются в 1 классическую позицию, на «3» - руки раскрываются в стороны (открываются во 2 классическую позицию), на «4» - плечевой пояс поднимается как можно выше. В этом положении находимся 2 такта 4/4. Затем возвращаемся в исходное положение.

Упражнение «Змейка». И.П.: ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер - 2/4, характер - чёткий. На «1,2» - руки сгибаются в локтях и ставятся возле грудной клетки, на «3,4» - плечевой пояс подаётся назад. В этом положении находимся 4 такта 2/4, затем возвращаемся в И.П. Следить за неотрывностью бедер во время исполнения перегиба плечевого пояса.

Упражнение «Корзинка». И.П.: ноги в натянутом положении, пятки вместе, руки лежат под подбородком. Кисти рук обхватывают голеностопные суставы обеих ног и вытягиваются вверх.

Упражнение «Бабочка» в парах. И.П.: ноги согнуты в коленях, стопы соединены. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - плавный, мелодичный. Тянущийся ложится животом на стопы, а тянувший давит руками на лопатки или ложится своей спиной на спину тянущегося этим самым усиливая давление и развивая паховую выворотность и пассивную гибкость. Недопустимо расслабление мышц, поднятие корпуса возможно только углубление. Следить за тем, чтобы первоначально ложились колени (на пол), затем ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

Упражнение «Колечко». И. П: лежа на животе, руки раскрыты в стороны, ладонями в пол на уровне плеч. Музыкальное сопровождение размер $\frac{3}{4}$, 4/4. 1 такт –вытягивая перед собой руки прогнуть корпус назад и головой стараться достать до согнутых ног в коленях; 2 такт – фиксация предыдущего положения; 3 такт– возвращение в исходное положение; 4 такт – фиксация исходного положения.

Упражнение «Мостик». И.П. – лежа на спине, опираемся на согнутые ноги и руки.

Упражнение «Улитка». И.П. – сидя на коленях. На счет «раз-два-три четыре» голова опустилась вперед, за ней опустились плечи, затем округлилась спина. На счет «пять-шесть-семь-восемь» медленно выпрямились, стараясь, как бы, «развернуться» – «улитка показала рожки». Затем все выполняется в обратном порядке: сначала медленно округляется спина, плечи, затем голова, стараясь, как бы, «свернуться» - «улитка спряталась в домик».

Упражнение «Книжка». И.П. - стоя на ногах. На счёт 1-2 сгибаем спину вперёд и достаём до пола, на счёт 3-4 разгибаем спину- тянем руки вверх.

Упражнение «Кораблик». И. п. Лечь на живот, руки вдоль туловища. 1- 4 - Ухватить руками ноги выше щиколотки (ноги вместе). Прогнуться, поднимая без рывков голову, грудь и бедра насколько возможно. Задержаться на время. 5-8- Вернуться в и. п.

Упражнение «Горка». И. П. Лежа на спине на полу, прямые вытянутые ноги приподняты на 10 см. от пола. На 1-4 - удерживаем «Угол – горку» На 5-8 - Опускаем ноги медленно на пол.

Упражнение «Крутая горка». И. п. Лечь на спину, ноги вместе, носки оттянуты. Руки вдоль туловища ладонями 1-4 - Не сгибая ноги в коленях, сохраняя оттянутые носки, медленно поднять ноги в вертикальное положение. Таз не отрывать от пола. Задержаться на 3-4 сек.

Упражнение «Учимся плавать». И. п. Лечь на живот, ноги прямые вместе, носки вытянуты. Руки вытянуты вперед, ладонями 1-4 - Приподняв голову и грудь, делать руками круговые движения (поочередно или вместе). 5-8 - Вернуться в и. п.

Приложение 2.

Танец «В коробке с карандашами»

Слова В. Приходько Музыка Г. Гладкова «В коробке с карандашами»

На музыкальное вступление дети стоят в двух линиях за ширмой за кулисами
(ширма на колесиках оформлена в виде коробки с карандашами)

1-й куплет: Вот она, перед вами, коробка с карандашами, (Дети с ширмой начинают движение к центру зала)

В нее совершенно свободно помещается что угодно. (Выбегают с разных сторон из за ширмы и встают в две линии в шахматном порядке, руки опущены вдоль корпуса)

В коробке с карандашами горы и океаны, (1 выпад в правую сторону 1 выпад в левую сторону, руки на поясе)

Гномы и великаны, (4 маршевых шага вперед носки натянуты, руки на поясе)

кот с большими усами. (импровизация движения кошечки)

2-й куплет: В коробке с карандашами (выпад в правую сторону, руки на поясе)

живет зеленая елка, (поворот в правую сторону на полупальцах, руки открыты в сторону внизу)

Ее украшали долго (4 хлопка в ладоши – 1 хлопок в правой стороне внизу, 1 хлопок в левой стороне вверху, 1 хлопок в правой стороне внизу, 1 хлопок в левой стороне внизу)

хлопушками и шарами. (4 хлопка над головой в ногах пружинка)

В коробке с карандашами (линии меняются местами бегом на носочках, руки опущены внизу)

заяц бежит вприпрыжку (4 прыжка ноги вместе, руки изображают лапки зайчика)

Он догоняет мишку с плюшевыми ушами. (движение по кругу легким бегом, с остановкой на своих местах)

3-й куплет: В коробке с карандашами (поворот вокруг себя через правую сторону руки подняты вверх и слегка раскрыты в сторону)

подснежник снег пробивает (2 пружинки, за первым разом руки поднимаются вверх, за вторым опускаются)

Мальчик в ручье пускает (2 шага на каблук с руками)

кораблик под парусами. (правая рука ставится по козырек, левая на поясе, провожаем взглядом и с наклоном корпуса кораблик)

Проигрыш: (легким бегом, с руками опущенными и слегка разведенными в стороны двигаемся по рисунку «змейка» и опять возвращаемся на свои места в линиях)

В коробке с карандашами (выпад в правую сторону руки на поясе)

недавно прошел дождик (3 пружинки руки стряхивают «капельки», работа рук в право, вперед, влево и на пояс)

Любуйся теперь художник (выпад в правую сторону руки на поясе)

радугой над лесами. (показываем радугу вырастая из положения сидя)
4-й куплет: В коробке с карандашами (линии меняются местами,) РИС.8
желтое солнце пляшет. На желтом песчаном пляже (затем бегу по кругу
опять возвращаясь на свои места) РИС.9
с веселыми голышами. (виляем попам в разные стороны)
В коробке с карандашами (выпад в правую сторону руки на поясе)
цирк как обычно полон (2 пружинки в правую и левую сторону с руками
поднимающимися вверх)
Бежит по канату клоун (бег с захлестом голени назад, руками
вспомогательные движения)
жонглируя обручами. (имитация жонглирования с поворотом вокруг себя на
полупальцах через правую сторону)

Вы все на свете найдете (1-я линия отходит на полупальцах назад ко 2-й
линии)
в коробке с карандашами (4 наклона головы в разные стороны)
Когда рисовать начнете, вы это поймете сами. (легким бегом прячутся за
ширму)
Когда рисовать начнете сами. (выглядывают из-за ширмы и машут руками)

Танец Чико-Нико

- **Вступление.**

1 куплет: Нет, нет, нет, такого быть не может: указательный палец правой
руки прямой, а другие пальцы сжаты в кулак. Правая рука согнута в локте –
движения вправо и влево.

Слон не может быть на ежика похожим: руки поднимаем вверх – встаем на
носочки, а затем приседаем – руки опускаются вниз.

Не умеет наша кошка лаять: мягкие движения кистями (лапки кошки).

Прошлогодний снег не может летом таять: ноги идут на узенькой
дорожке, руки одновременно идут вправо, затем влево.

2 куплет: Стать не может девочка мальчишкой: «пружинка».

В гости не придет к тебе герой из книжки: грозим пальчиком.

Трижды три, конечно, не четыре: «пружинка».

Не играть хоккей вам в собственной квартире: грозим пальчиком.

Припев: Может быть, может и такое тоже: хлопки

Если смешинку другу подарит: руки поднимаем вверх.

Может быть, может день с утра погожий: хлопки.

Эти слова проговорить.: руки поднимаем вверх.

Луна-Пама, Луна-Пама, раз, два, три.

Чико-Нико, Чико-Нико, повтори: «моторчик» вправо – 2 раза, затем влево – 2 раза. На 3 счета – хлопки перед собой.

Проигрыш. Идем подскоками по кругу.

3 куплет: Идем в центр круга подскоками – руки над головой одновременно вправо – влево. Затем назад также.

- **Припев** (повторение).
- **Проигрыш.** Идем подскоками по кругу.
- **Припев** (повторение).

Танец «Маленькие гномики»

На вступление дети-гномики выстраиваются в 2 линии у боковых стен.

1 куплет. Есть одна полянка возле речки, там живут смешные человечки. Идут навстречу друг другу, здороваются.

Есть у них и школа, и аптечка, лавка и плетень. Расходятся на круг

Рано утром солнышко проснется, нашим человечкам улыбнется, - зевают, потягиваются

И опять удачей обернется новый светлый день. повороты вправо – влево, нога на пятку.

Припев: Маленькие гномики водят хороводики, 2 молоточка правой ногой, 3 притопа

Крошечные домики, радость и уют. 2 молоточка левой ногой, 3 притопа

Ветром обливаются, в дождике купаются, поднимают руки вверх, качают

Солнцу улыбаются, пляшут и поют. кружатся вправо

Проигрыш: прохлопывают ритмический рисунок.

2 куплет. Гномики не ведают простуды, на рассвете громко дуют в трубы: сужают круг, делают «нос»

Подметают двор и чистят зубы, весело живут. повернувшись спиной в круг, расширяют

Сладкие лепешки, мед в горшочках, розочки кусточки, лепесточки. сужают круг, делают «нос»

Ах, какие там растут цветочки, круглый год цветут. повернувшись спиной в круг, расширяют

Припев: повтор движений: 2 молоточка, 3 притопа, 2 молоточка, 3 притопа. руки вверх- качают, кружатся.

Проигрыш: расходятся на полукруг, хлопая в ладоши.

3 куплет. Вот бы поглядеть на человечков, только как найти нам то местечко. пружинки, носки- руки в сторон

Где-то на полянке возле речки, где они живут. выпады вправо – влево на полусогнутых ногах

Я тебя обманывать не стану, с ними нам общаться слишком рано, пружинки, носки- руки в стороны

Мы для них большие великаны, пусть гномы подрастут. выпады вправо – влево на полусогнутых ногах

Припев: повтор движений: 2 молоточка, 3 притопа, 2 молоточка, 3 притопа. руки вверх- качают, кружатся.

Припев: сузив круг, положив руки на плечи друг другу, идут вправо приставным шагом.

Окончание: Солнцу улыбаются, пляшут и поют. расширяют круг, лицом к зрителям делают «нос».

Танец «Барбарики»

В танце участвует парное количество детей.

На вступление дети стоят в двух шеренгах у центральной стены.

1-я шеренга – девочки, 2-я – мальчики.

И.П.-1 позиция.

Проигрыш - девочки выбегают вперед и встают в шахматном порядке, мальчики - подбегают к девочкам.

1 куплет: 1 фраза: на слова - «Что такое доброта»- поднимают плечи, разводят руками.

2 ф.- «Что это такое доброта»- «пружинки».

3 ф - «И увидеть ...» - грозят

4 ф.-«Доброта это тогда» -«пружинка»

5 ф- «Все друг другу...» -обнимают себя

6 ф –«И летать все могут» -раскачивают руками перед собой.

Припев:

1 ф.- поворачиваются друг к другу и прикладывают ладошки- «пружинки»

2 ф.- выставляют пяточки и двигают ладошками («твист»)

3 ф.- 4 ф.- повтор.

2 куплет: 1 ф. «Встал вам на ногу слон»- топают одной ногой.

2 ф. «Значит хочет...» - обнимают себя

3 ф. «И научить...» - ладошки к ушам

4 ф. «На нос села ...» - указательный палец на кончик носа

5 ф. «Значит хочет познакомиться» -обнимают

6 ф. «И пощекотать» - «щекочут» себя

7 ф. «Вовсе...» - грозят.

Припев: движения повторяются.

3 куплет – парами бегут по кругу

Припев: движения повторяются

4 куплет: Перестраиваются в один круг, бегут боковым галопом.

Припев: 1 ф.- ладошки вправо-влево.

2 ф.- («твист»)

Повторение фразы- все бегут

Танец «Полька Кремена»

1 куплет. И. п. –стоя в колонне по одному, руки на поясе.

Музыка А: Бег по кругу на носках.

Музыка В : И. п. – стоя лицом в центр круга, руки внизу.

1 такт: 3 хлопка в ладоши справа от себя (возле головы)

2 такт: поворот вокруг себя, руки согнутые в локтях, поднимать и опускать в такт музыке «крылышки».

2 куплет . музыка А: Бег в другую сторону высоко поднимая колени, руки на поясе.

Музыка В: И. п. – стоя лицом в центр круга, руки внизу.

1 такт: 3 хлопка в ладоши справа от себя (возле головы)

2 такт: поворот вокруг себя, руки согнутые в локтях, поднимать и опускать в такт музыке «крылышки».

3 куплет. Музыка А: Бег по кругу с подниманием прямых ног вперед «ножницы», руки на поясе.

Музыка В: 1 такт: 3 хлопка в ладоши перед собой,

2 такт –подбежать к центру круга, руки вверх,

3 такт - 3 хлопка вверху,

4 такт –отбежать назад.

Все движения повторить 2 раза.

4 куплет: Музыка А: Бег по кругу с захлестом голеней, руки на поясе.

Музыка В И. п. – стоя лицом в центр круга, руки внизу.

1 такт: 3 хлопка в ладоши справа от себя (возле головы)

2 такт: поворот вокруг себя, руки согнутые в локтях, поднимать и опускать в такт музыке «крылышки».

ЗИМА (Витас)

ВСТУПЛЕНИЕ : бегут через центр парами на свои места

У леса на опушке. Соединяются пр. ладонями, обходят друг
жила Зима в избушке друга, л. р. ладонью на зрителя
Она снежки солила, «лепим» вправо, влево с пружинкой
в березовой кадушке руки к себе, вперед (бочка)
Она сучила пряжу, моторчик вправо-влево
она ткала холсты, шаг вперед, одновременно ладони плавно снизу-вверх
Ковала ледяные да над реками «клювики» дугой справа на лево
мосты. Кулачки на пояс

Припев:

Потолок ледяной, шаг в сторону с пружинкой, шаг-каблук
дверь скрипучая, то же в другую сторону
За шершавой стеной «моем окошечки» вправо 2р
тьма колючая. То же влево
Как шагнешь за порог - всюду иней, шаг на месте
А из окон парок синий-синий. «бананы» с пружинкой вправо-влево
(медленно)
На повторение _ 1 шаг, каблук вправо, (влево)
«моем окошечки» по 1 разу вправо-влево
Бег на месте, р. На поясе
«бананы» с пружинкой вправо-влево (медленно)

ПРОИГРЫШ: становятся лицом друг к другу, ноги пружинят, руки -
«качели»

Ходила на охоту, Соединяются пр. ладонями, обходят друг
ковала серебро, друга, л. р. ладонью на зрителя
Сажала тонкий месяц пр. рука показать «месяц», затем левая
в хрустальное ведро. Руки к себе, от себя (бочка)
Деревьям шубы шила, моторчик вправо, влево
торила санный путь, ладонями снизу-вверх соединяем
А после в лес спешила, Соединяются пр. ладонями, обходят друг друга, л. р.
чтоб в избушке отдохнуть. ладонь на зрителя. Останавливаются лицом к
зрителю

Припев. Повторить.

ПРОИГРЫШ : перестраиваясь бегут на свои места

Танец Вару вару

И.п: руки на поясе, ноги вместе.

Часть первая (8счётов) «Боковой ход» (2 такта)

1 такт (ЛН в сторону, ПН приставить, ЛР в сторону) счёт 1 2 3, заканчивается отведением правой ноги на каблук – счёт 4

2 такт Движение повторяется с правой ноги, заканчивается выведением левой ноги на каблук.

Вторая часть. «Перескоки». Это движение знакомит детей со счётом «медленно», «быстро». (ММББМММББМ) Очень сложно научить детей оставаться на опорной ноге. Они наконец то понимают, что та нога, которая с весом и на которой мы стоим называется опорной. А та нога, которая вытянута на носочек и всего лишь касается пола, называется свободная.

Третья часть. «Приседания с хлопками».

На счёт раз немного приседаем и хлопаем руками по коленям.

На счёт два выставляем правую ногу на каблук в сторону, отводим левую руку вперёд, а правую руку в сторону.

На счёт три немного приседаем и хлопаем руками по коленям.

На счёт четыре выставляем левую ногу на каблук в сторону, правую руку вперёд, левую руку в сторону.

На счёт пять немного приседаем и хлопаем ладонями по коленям.

На счёт шесть выводим правую ногу на каблук вперёд и обе руки выставляем ладошками вперёд.

На счёт семь немного приседаем и хлопаем ладонями по коленям.

На счёт восемь выставляем левую ногу вперёд на каблук и выставляем обе руки ладошками вперёд.

Танец «Хорошее настроение», Волшебники двора.

1 куплет: Шаги в торону (шаг с каблука с поворотом туловища(2)+ руками "моторчики"(2) ,также же шаги обратно + "моторчики " в другую строну.

«С хорошим настроением»: Галоп в паре с переменной мест+нога, которая ближе к партнеру- на каблук и показать на неё двумя руками+выпад в сторону от друг друга+ движения пальчиком "Нет. "

Галоп а обратную сторону (на первоначальное место в танце)+ хлопки над головой + лодочка.

Образуют два круга. Один - дети первой шеренги, второй дети другой шеренги. Т. е. получается. что в кругу стоят м+м+м+м+д+д+д+д). Движение подскоком по кругу. Возвращаются на свои места.

2 куплет. Дети в паре поворачиваются лицом друг к другу. Соединяют ладошки правых рук. Меняются местами с парой. стоящей напротив в другой шеренге+ девочка прокруживается под рукой у мальчика. То же самое - обратно. (один из партнеров идет спиной)

«С хорошим настроением» - те же движения. что после первого куплета.

При повторении припева ещё раз - образуется "ручеек". Пары проходят спереди назад.

Дальше пары первой и второй шеренг идут по двум кругам навстречу друг другу так, чтобы выстроиться потом в парный полукруг (девочки в первой линии, мальчики во второй.)+ делают шаг, чтобы получился шахматный порядок.

Танец «Ёжики»

Дети стоят лицом к зрителям в одну линию

Медвежонок и ежик стоят перед детьми с боков через 3-4 шага.

Медвежонок выходит на середину зала и на слова «Ее-жии-к» складывает руки в рупор и показывает что кричит. Далее показывает, что ежика нет (поднял плечи, развел руки, нога (правая, левая) на пятку). Делает полкруга и опять показывает что ежика нет.

Выходит ежик и на слова «Я ежик, я упал в реку» машет ручками над головой. Делает полукруг. «Я ежик»- опять помахал ручками. На совиный крик испугался и убежал на свое место.

проигрыш	Дети стоящие в одну линию выходят друг за другом и идут по кругу
1.Эту ночь до утра простоим под дождиком,	Сходимся в круг
Что ж теперь я тебя выбрала сама.	Хлопаем в ладоши 8 раз
Раньше я не поняла, что встречаюсь с ежиком	Выходим из круга спиной
От тумана его едет голова.	Хлопаем в ладоши 8 раз
Ходят, ходят ежики в туман, Остороженько, уо-уо-уо-о. Собирают ежики в карман, Капли дождика.	Пошли по кругу. Выстраиваемся на полукруг
Долго-долго ежики в пути,	Левая нога на пятку в сторону, поставить назад Шагаем на месте (4 шага)
За порожекком, уо-уо-уо-о.	«утиный хвостик»
Только ты за ними не ходи,	Правая нога на пятку в сторону, поставить назад Шагаем на месте (4 шага)
Станешь ежиком.	«утиный хвостик»
проигрыш	Девочки, стоящие с боков делают колесо по очереди и меняются местами
2. Снова ночь, снова дождь, облака по городу Снова ты захотел в ежиков играть	Ежи девочки выводят ежика и медвежонка на середину (две пары встают друг за другом). Дети сзади машут руками над головой.

Только вот ещё раз пропадешь надолго ты, Так и знай я тебя не пойду искать.	2 пары впереди хлопают друг другу в ладони. Дели сзади просто хлопают в ладоши
Ходят ходят ежики в туман, Осторожненько, уо-уо-уо-о. Собирают ежики в карман, Капли дождика.	пары повернулись лицом к зрителям(первые ежик и медвежонок). Дети сзади от центра выстраиваются за первыми парами ручейком.
Долго-долго ежики в пути, За порожекком, уо-уо-уо-о. Только ты за ними не ходи, Станешь ежиком.	Делаем «Ручеек» с последней пары, пока ежик и медвежонок опять не окажутся первыми
проигрыш	«Ручеек» расходится в стороны через одного, а ежик с медвежонок остаются на месте
А растает туман, снова станет шелковый, Но ко мне не ходи и меня не трож. На твоей голове волосы иголками, Ты итак очень на ежика похож.	Все пары выполняют «До за ДО» Все пары выполняют «До за ДО» Дети в парах поворачиваются друг к другу и хлопают в ладоши
Долго-долго ежики в пути, За порожекком, уо-уо-уо-о. Только ты за ними не ходи, Станешь ежиком.	Пары делают «Лодочку», делают повороты вокруг себя на шаге и встают в «Лодочку» Те же движения
Ежик, где же ты был. Я звал, звал. Где же ты был	
проигрыш	Пары возвращаются в ручеек
Еее-жик	Пары расходятся фонтаном и образуют два круга(шагают по кругу держась за руки)
Ходят ходят ежики в туман, Осторожненько, уо-уо-уо-о. Собирают ежики в карман, Капли дождика.	Ежик и медвежонок выводят детей из своих кругов и выстраивают детей в одну линию (лицом к зрителям). Дети шагают на месте держась за руки
Долго-долго ежики в пути, За порожекком, уо-уо-уо-о. Только ты за ними не ходи, Станешь ежиком.	Первый ребенок ведет детей змейкой (первый и последний ребенок машет рукой)
проигрыш	«Змейка « разводит детей по местам

«Просто-просто мы маленькие звёзды (Носа-носа)

Вступление – мальчики выходят, хлопая, наклоняясь влево-вправо и отставляя пятку чуть назад, становятся свободно, поют. Девочки стоят полукругом.

Припев: Просто (правая рука прямая вперёд), **просто** (левая рука вперёд)
Мы маленькие звёзды (звёзды машем на себя вправо, слева)
Пой (правая рука прямая вперёд) **вместе** (левая рука вперёд)
С нами (руки на грудь)

Тан- (правая рука прямая вперёд) –**цуй** (левая рука вперёд)
Вместе (хлопают перед грудью)
с нами (руки на грудь)
все знают движения (туловище за головой «ныряет» вправо-влево)
снимают напряжение (трясут ладошками с пружинкой)
ай (правая рука прямая вперёд), **будет** (левая рука вперёд)
круто (большой палец: во!),
ай (правая рука вперёд), **ай** (левая рука вперёд)
будет круто!!! (палец: во!!!)

1 куплет. Если у тебя нет друга или ты обижен на весь свет,
Мы навстречу протянем руку (протягивают руку, шагнув вперёд)
И ты откроешь сердце в ответ (возвращаясь на место, указательными пальцами в воздухе, рисуют сердце)

Припев тот-же

2 куплет. Не ходи один угрюмо (печально голову склонив на плечо, раскачивают руками, чуть-чуть поворачиваясь вперёд-назад)
Растяни улыбку до ушей (рисуют улыбку указательными пальцами, руки вверх)
Ну и что (пожимают плечами), **что нет ещё зуба** (пальцем указывают на зуб)
Главное, что ты человек
хороший! (палец: во!!!)
Припев тот- же

Приложение 3

Музыкальные игры.

Вариант игры "Найди место"

Играющие сидят на маленьких стульях. У противоположной стены стоят стулья, но их на один меньше. Все поют:

Скучно, скучно так сидеть,

Друг на друга все глядеть;

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться?

Дети бегут. Как только музыка закончится, они должны быстро сесть на стулья, стоящие у противоположной стены. Проигрывает тот, кто остался без стула.

«Мы – весёлые ребята»

Дети стоят на одной стороне площадки или у стены комнаты. Перед ними проводится черта. На противоположной стороне площадки также проводится черта. Сбоку от детей, примерно на середине, между двумя линиями, находится ловишка, назначенный воспитателем или выбранный детьми. Дети хором произносят текст:

Мы веселые ребята, любим бегать и играть.

Ну, попробуй нас догнать: раз, два, три – лови!

После слова «лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловишка догоняет их. Тот, до кого ловишка дотронулся прежде, чем играющий пересек черту, считается пойманным и занимает место ловишки.

«Совушка»

По сигналу педагога «День наступает – все оживает!» дети разбегаются по площадке, махая руками, подобно движению крыльев насекомых, и жужжат, подражая жукам со словами:

Ах ты, совушка - сова,

Ты большая голова,

Ты на дереве сидишь,

Ночь летаешь, днем ты спишь...

Через некоторое время педагог говорит: «Ночь наступает - все замирает!». После этих слов бабочки, жуки замирают, останавливаясь на том месте, где их застали слова воспитателя, а «совушка» вылетает из своего гнезда, медленно машет «крыльями» и смотрит, не шевелится ли кто? Того, кто пошевелился, «совушка» отводит к себе в гнездо.

Воспитатель снова говорит: «День наступает - все оживает!». «Совушка» улетает к себе в гнездо, а бабочки и жуки опять начинают летать (бегать) по площадке. Вылет совушки повторяется 2—3 раза. Через некоторое время игра останавливается, и подсчитывают, сколько человек «сова» забрала к себе. После этого выбирают новую «сову» из тех, кто к ней не попал. Выигрывает та «сова», которая забрала себе большее число играющих. Воспитатель выбирает новую совушку, и игра возобновляется.

«Лягушки».

На середине площадки или зала педагог раскладывает толстый шнур в форме круга или квадрата. Дети стоят за ним. Говорят слова:

«Вот лягушки по дорожке

Скачут, вытянувши ножки.

Ква-ква, ква-ква-ква!

Скачут, вытянувши ножки».

Дети, повернувшись друг за другом, из присеста подпрыгивают на двух ногах и опять в упор присест, продвигаясь вперед по кругу. По окончании четверостишья педагог хлопает в ладоши — пугает лягушек; дети перепрыгивают через черту и присаживаются на корточки лягушки прыгают в болото.

«У медведя во бору»

На одной стороне площадки проводится черта – это опушка леса. За чертой, на расстоянии 2-3 шагов очерчивается место для медведя. На противоположной стороне дом детей. Педагог назначает медведя, остальные дети – у себя дома. Воспитатель говорит: «Идите гулять!». Дети направляются к опушке леса, собирая ягоды, грибы, имитируя движения, и хором говорят:

«У медведя во бору, грибы ягоды беру.

А медведь сидит и на нас рычит».

Медведь в это время сидит на своем месте. Когда играющие произносят «Рычит!» медведь встает, дети бегут домой. Медведь старается их поймать – коснуться. Пойманного медведь отводит к себе. После 2-3 пойманных выбирается новый медведь.

Правила:

Медведь имеет право вставать и ловить, а играющие – убегать домой только после слова «рычит!».

Медведь не может ловить детей за линией дома.

Варианты: Ввести 2 медведей. Поставить на пути преграды.

«Море волнуется раз»

Водящий отворачивается и говорит:

«Море волнуется раз,

море волнуется два,

море волнуется три,

морская фигура на месте замри!»*

Игроки в это время раскачиваются и кружатся, расставив в руки стороны.

При слове «замри», замирают в позе, изображая любой предмет или животное, имеющее отношение к **морской тематике**.

Это могут быть: корабль, краб, дельфин, пират, чайка и т.д.

Далее ведущий подходит к кому-то из игроков и дотрагивается до него «оживляя» фигуру. Игрок начинает двигаться, показывает свое «представление», так, чтобы ведущий узнал что за фигуру изображает

игрок. Тот, кто изобразит наименее похоже, становится **«водящим»** и игра начинается сначала.

Вариант 2

Начало как в первом варианте, только на этот раз фигура задается ведущим.

Он произносит:

*«Море волнуется раз,
море волнуется два,
море волнуется три,
фигура КРАБА** на месте замри!»*

Далее ведущий обходит всех игроков, по очереди **«оживляя»** их. Каждый показывает свой вариант **КРАБА**. После этого ведущий выбирает самую лучшую фигуру, и игрок, показавший ее, становится **«водящим»**.

* Вместо морской фигуры может быть любая другая — птичья, звериная, транспортная, космическая, и т.д.

«Ровным кругом»

Дети, взявшись за руки, ритмично идут по кругу, говоря:

«Ровным кругом Друг за другом
Мы идем за шагом шаг, Стой на месте!
Дружно вместе, Сделаем вот так!»

С окончанием слов останавливаются и повторяют движение, которое показывает ведущий, например, повернуться, наклониться, присесть и т. д.

«Сломанный телевизор»

Дети поют знакомую песню. По знаку музыкального руководителя замолкают, продолжая петь про себя, стараясь не потерять нить движения мелодии (телевизор сломался: изображение осталось, звук пропал). В момент включения звука (также по сигналу педагога) важно не потерять интонационную и смысловую линию. Включение должно быть точным.

«Копилка»

Педагог просит ребят сложить ладошки «чашечкой», затем обращается к детям: «Какая вместительная у каждого у вас копилка!». Что мы будем в неё складывать? Дети предлагают различные варианты. Педагог продолжает: «Давайте собирать в копилку добрые слова. Обращает внимание на то, что нужно быть внимательными. Если слово нам подходит – мы закрываем его в копилке. Если не соответствует– ладошки разводятся в стороны.

«Космонавты»

По краям зала ставят стулья (двух-, четырехместные ракеты). Общее количество мест в ракетах должно быть меньше количества играющих детей. Посередине зала космонавты, взявшись за руки, ходят по кругу, приговаривая:

Ждут нас быстрые ракеты
Для прогулок по планетам.
На какую захотим,
На такую полетим!
Но в игре один секрет:

Опоздавшим места нет.

С последним словом дети отпускают руки и бегут занимать места в ракете. Те, кому не хватило места в ракете, остаются на космодроме, а те кто сидит в ракетах, поочередно рассказывают, где пролетают и что видят.

После этого все снова встают в круг, и игра повторяется.

Во время полета вместо рассказа о виденном детям предлагается выполнять различные упражнения, задания, связанные с выходом в космос, и др.

«Раз, два, добрый день»

Дети стоят парами друг против друга.

Такты 1 – 2. Хлопают в свои ладоши два раза и в ладоши партнера три раза и поют «Раз, два, добрый день».

Такты 3 – 4. Дети стоящие лицом к центру круга боковым галопом перебегают к другому партнеру.

Движения повторяются до конца 1-й части (с повторением).

«Магазин игрушек»

Дети изображают какую-нибудь игрушку, принимая для этого необходимую позу. Из числа играющих выбирается продавец, который «заводит» игрушки, и покупатель, который пришел в магазин подобрать подарок. Задача покупателя: по движениям, мимике, жестам угадать образ задуманной ребенком игрушки.

«Марионетки»

Дети изображают кукол-марионеток и по сигналу должны принять любую позу. Необходимо обратить внимание детей на то, что в движении участвуют все части тела.

«Карусели»

Дети встают вокруг карусели на расстоянии вытянутых рук. По сигналу дети поднимают ленты, поворачиваются друг за другом, идут по кругу. Сопровождают движения чтением стихотворения:

Еле-еле, еле-еле	медленная ходьба
Завертелись карусели,	
А потом, потом, потом,	ходьба с ускорением
Все бегом, бегом, бегом	
Побежали, побежали	бег на носках под ритм слов
Побежали, побежали...	
Тише, тише, не спешите,	движения замедляются и
Карусель остановите,	дети останавливаются,
Раз-два,	поворачиваются лицом к центру,
Раз-два,	отпускают ленту
Вот и кончилась игра.	

« Иголочка, ниточка, узелок»

Дети двигаются в колонне, не расцепляя рук, делают повороты, перепрыгивают через препятствия.

«Эхо»

Педагог прохлопывает какую-нибудь ритмическую последовательность, а дети должны ее повторить, не меняя метра. Если кто-то из детей повторяет неверно, то нужно еще раз воспроизводит этот ритм и вновь предлагает его повторить. Последовательность должна быть достаточно простой; темп вначале берется медленный, показ педагога должен быть выразительным. Позже эта игра может использоваться в движении, хлопки сочетаться с шагами, могут использоваться и другие звучащие жесты. Полезно эту игру иногда проводить с закрытыми глазами, особенно если используются разнообразные звучащие жесты. В процессе игры могут использоваться различные динамические оттенки.

Танец-игра "Лавата"

В припеве дети ходят по кругу взявшись за руки и напевают:

Дружно танцуем мы - тра-та-та, тра-та-та -

Танец веселый наш, это Лавата.

Своеобразным запевом являются слова ведущего, например: "У меня ушки хороши, а у соседа лучше!" В этом случае дети ходят хороводом, держа друг друга за уши. Каждый раз ведущий дает новое "задание", и дети берут друг друга за локти, колени, плечи, голову и т. д. Чтобы игра состоялась, прикосновения не должны быть грубыми или болезненными для партнеров.

В такт музыке дети вслед за взрослым похлопывают себя, а затем и соседей по плечам, бокам, ногам и т. д. Затем похлопывания упорядочиваются. Направление движения идет по четырем точкам: голова - плечи - бедра - лодыжки. Сначала количество прикосновений к каждой точке равно восьми, в следующем повторении четырем, затем двум и, наконец, одному разу. Это веселое упражнение направлено не только на тактильное взаимодействие, но и на развитие координации движений.

«Завивайся, ниточка, в клубок»

Играющие стоят друг за другом, держась за руки. Ведущий под хороводную музыку ведет детей «змейкой», затем закручивает свою «ниточку» в спираль, потом обратным движением ее раскручивает. Движения сопровождаются текстом:

Завивайся, ниточка, в клубок,

Завивайся, тонкая, в клубок,

Свяжет бабушка хорошенький чулок.

Свяжет бабушка красивенький носок.

Развивайся, ниточка, скорей,

Развивайся, тонкая, скорей,

Свяжет бабушка чулочки подлинней,

Свяжет бабушка носочки попрочней.

«Веселая карусель»

Дети стоят по кругу, держась одной рукой за обруч. Под текст начинают движение, ускоряют, бегут, замедляют и останавливаются.

Завертелись карусели

И помчались с ветерком,
Поначалу еле-еле,
А потом бегом, бегом!
Вот как весело бежать,
Вот как весело играть!

«Самолеты»

Педагог называет имена 3-4 детей и предлагает им подготовиться к полету, показав предварительно, как заводить мотор и как летать. Названные дети выходят и становятся произвольно на одной стороне площадки или комнаты. Педагог говорит: "К полету подготовиться. Завести моторы!" Дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук "р-р-р". После сигнала педагога "Полетели!" дети разводят руки в стороны (как крылья у самолета) и летят - разбегаются в разные стороны. По сигналу педагога "На посадку!" они направляются к своим стульчикам и садятся на них. Затем играет другая группа

Приложение 4

№ п/п	Месяц	Чи сл о		Форма занятия	Коли честв о часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	8	15.50-16-20	Теория, практика.	1 час	Вводное занятие	Музыкально -спортивный зал	Проведение входной диагностики
2		6 часов			Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.	Педагогическое наблюдение		
3					Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.	Тренировочные упражнения		
4					Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика	Тренировочные упражнения		
5	октябрь	6	15.50-16-20	Теория, практика.	6 часов	Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.	Музыкально -спортивный зал	Педагогическое наблюдение
6		Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.				Педагогическое наблюдение		
7		Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.				Педагогическое наблюдение		
8		5 часов			Партерная гимнастика	Педагогическое наблюдение		
9	ноябрь	10	15.50-16-20	Теория, практика.	5 часов	Партерная гимнастика	Музыкально -спортивный зал	Наблюдение с занесением в диагностическую карту;
10		Партерная гимнастика				Педагогическое наблюдение		
11		Партерная гимнастика				Наблюдение с занесением в диагностическую карту;		
12	декабрь	1	15.50-16-20	Теория, практика.		Партерная гимнастика	Музыкально -спортивный зал	Педагогическое наблюдение

13		8			7 часов	Танцевальные движения		Педагогическое наблюдение
14		15		Выступление		Танцевальные движения		Педагогическое наблюдение
15		22		Теория, практика.		Танцевальные движения		Педагогическое наблюдение
16		29		Теория, практика.		Танцевальные движения		Открытое занятие, отзывы родителей
17	январь	12	15.50-16-20	Теория, практика.	7 часов	Танцевальные движения	Музыкально-спортивный зал	Наблюдение с занесением в диагностическую карту;
18		19				Танцевальные движения		Педагогическое наблюдение
19		26				Танцевальные движения		Педагогическое наблюдение
20	февраль	2	15.50-16-20	Теория, практика.	7 часов	Музыкальные игры	Музыкально-спортивный зал	Наблюдение с занесением в диагностическую карту;
21		9				Музыкальные игры		Педагогическое наблюдение
22		16		выступление		Музыкальные игры		Фото, видео материалы, исполнение танцев на открытом занятии, отзывы родителей.
23	март	2	15.50-16-20			Музыкальные игры	Музыкально-спортивный зал	Педагогическое наблюдение
24		16				Музыкальные игры		Педагогическое наблюдение
25		23				Музыкальные игры		Педагогическое наблюдение за исполнением музыкальных игр на открытом занятии.
26		30				Музыкальные игры		
27	апрель	6	15.50-16-20	Теория, практика.	6 часов	Релаксация	Музыкально-спортивный зал	Педагогическое наблюдение
28		13				Релаксация		Педагогическое наблюдение
29		20		Теория, практика.		Релаксация		Педагогическое наблюдение
30		27		выступление		Релаксация		Педагогическое наблюдение
31	май	4	15.50-16-20	Теория, практика.		Релаксация	Музыкально-спортивный зал	Педагогическое наблюдение

32		18				Релаксация		Наблюдение с занесением в диагностическую карту;
33		25		концерт	1 час	Итоговое занятие		Фото, видео материалы. Отчетный концерт, отзывы родителей.