

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности  
по познавательно-речевому направлению развития детей № 90 «Елочка»

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета № 1  
от 31 » 08 2022 г.



**ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
по художественно-эстетическому развитию  
«НАЯН»  
(хореография)  
(для детей 3-7 лет)**

Составитель:  
Мансурова Диляра Камиловна

Набережные Челны  
2022 год

## **Содержание:**

1. Целевой раздел
  - 1.1 Пояснительная записка
  - 1.2 Цель и задачи
  - 1.3 Планируемые результаты освоения программы
  
2. Содержательный раздел
  - 2.1 Содержание образовательной деятельности
  - 2.2 Календарно-тематическое планирование образовательного процесса
  - 2.3 Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов
  
3. Организационный раздел
  - 3.1 Учебный план
  - 3.2 Материально-техническое обеспечение программы
  - 3.3 Методическое обеспечение программы

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1 Пояснительная записка

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях танцами дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Танцевальное искусство воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, оно развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

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

Существующие программы музыкально-ритмического воспитания не имеют прямого отношения к хореографии, т.е. раздел ритмические движения является лишь частью программы музыкального воспитания. Поэтому и возникла потребность создать программу по хореографии, где танцевальное искусство охватывается в широком диапазоне, тщательно отбирая из всего арсенала хореографического искусства то, что доступно детям 4-7 лет.

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

Рабочая программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию учебной деятельности в ДОУ, в соответствии с ФГОС ДО, и с учетом возрастных особенностей детей.

**Актуальность** программы состоит в том, что она ориентирована на духовно-нравственное развитие дошкольников, формируя у них чувство принадлежности к своей малой Родине, уважение к хореографическим традициям родного края, толерантное отношение к самобытному танцевальному творчеству народов, проживающих в Российской Федерации.

Представленная программа является фундаментом для развития хореографических способностей детей дошкольного возраста, так как включает теоретические знания по истории этого предмета, хронологическую последовательность важнейших направлений, стилей, явлений и событий в эволюционном пути развития хореографии в России и за рубежом, и в этом ее актуальность и значимость.

**Новизна** данной программы – это своеобразие темы «Элементы бального танца», в которую входит не только изучение бальной пластики движений, постановки в современных ритмах, но и танцевальной аэробики, которая в настоящее время популярна своей простотой и доступностью. Детям нравится энергично двигаться под ритмичные популярные мелодии. Таким образом, обучающиеся, постепенно преодолевают трудности первых шагов на пути к вершине мастерства.

Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

## 1.2 Цель и задачи

**Целью** внедрения программы является создание условий для личностного, творческого и физического развития детей дошкольного возраста, формирования общей культуры, посредством хореографии.

### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

#### **Воспитательные:**

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

#### **Развивающие:**

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

#### **Оздоровительные:**

- укрепление здоровья детей.

### **1.3 Планируемые результаты освоения программы**

#### **Формы подведения итогов по реализации образовательной программы**

- выступления детей на открытых мероприятиях;
- участие в тематических праздниках;
- открытые занятия для родителей;
- итоговое занятие;
- публичные выступления.

#### **Ожидаемые результаты образовательного процесса.**

Дети научатся:

- принимать и выполнять учебные (творческие) задачи;
- учитывать данные педагогом рекомендации в новом учебном материале в сотрудничестве с педагогом и сверстниками;
- адекватно воспринимать оценку педагога;
- различать способ и результат действия;
- проявлять познавательную инициативу в учебном и творческом сотрудничестве; самостоятельно учитывать выделенные педагогом ориентиры деятельности в новом учебном материале.
- воспринимать и понимать художественное творчество,
- проявлять интерес к хореографии как к виду искусства,
- следовать правилам здорового образа жизни, сочетать занятия с отдыхом, участвовать в коллективных и командных видах спорта;

Дети получают возможность научиться:

- наблюдать, контролировать свое физическое и психологическое состояние, развивать основные физические качества, волю, настойчивость, противостоять и преодолевать ситуации, представляющие опасность для жизни.
- воспринимать основы общечеловеческих и национальных культур, принимать духовные традиции и культуры многонационального народа России;
- обладать опытом в бытовой и культурно-досуговой сфере.

## СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1 Содержание образовательной деятельности

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей и начинается с поклона.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, воздействующие на весь организм: ходьба, бег, прыжки. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия — музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, хороводы, задания на построение и перестроение. В этой части задания дети самостоятельно могут создавать музыкальные образы.

Музыка на занятии доступна восприятию ребенка. Используются детские песни, песни из мультфильмов, эстрадные и классические произведения. Музыкальные стили и темп на протяжении занятия меняются, но основной темп – умеренный.

#### 1. Вводное занятие

**Теория.** Вспомнить с детьми правила поведения на занятиях, правила проведения занятия (поклон).

2. Познакомить с требованиями к внешнему виду.
3. Разговор о технике безопасности на занятиях.
4. Провести начальную диагностику на элементарных движениях.

#### 2. Сценический шаг

**Теория.** Мелодия, ритм, темп. Музыкальные размеры 4\4, 2\4. Такт и затакт. Правила и логика перестроений. Понятие - танцевальный шаг. Прослушивание музыки – тактирование- выделение сильной доли.

**Практика.** Поклон. Марш под музыку на месте, по кругу, вокруг себя, вправо, влево.

Рисунки танца: круг, диагональ, линия, строй, шахматный порядок, звездочка.

Шаги: танцевальный шаг, пружинистый шаг, приставные шаги, шаги на носках, на пятках, шаги накрест, шаги с остановкой (носок у колена), боковые шаги с носка и каблука. Бег: бег на носках, бег с захлестом голени назад, бег ножницами, подскоки, галоп.

Комбинации на координацию движений, общеразвивающие упражнения, хлопки, притопы, приставные шаги, упражнения для рук, ходьба, сидя на корточках, прыжки «мячик», прыжки по 6-ой позиции, по точкам, повороты вправо, влево; прыжки - разножка, прыжки с поджатыми ногами.

#### 3. Современный танец

**Теория:** Особенности исполнения движений современного танца. Основы ритмических движений.

**Практика:** упражнения для рук, локтей, кистей, шеи, плеч, корпуса, бедер, ног и стоп.

- приставной шаг, с хлопком, с каблуком, с ладошками, с plie. Те же элементы с шагом накрест.
- Поворот на шагах, поворот на месте
- шаги вперед-назад. «уголок»
- бег на полупальцах
- прыжки по точкам по VI п. (2-4-6-8), подскоки с подниманием колен с продвижением, на месте.

Элементы разминки:

- наклоны головы (крестом), повороты, вращение
- работа плеч: поочередное, одновременное поднимание и опускание, качалочка, круги вперед-назад.
- Работа стоп: на demi plie по II п., поочередное, одновременное поднимание и опускание пяток, качалочка.
- Упражнения на растяжку: выпады, «паучок», и т.п.

**Виды движений для развития подвижности позвоночника:**

- наклоны торса с прямой спиной вперед, назад, в стороны
- изгибы торса

#### **4. Народный танец**

**Теория:** Особенности русских народных движений. Позиции ног: открытые, закрытые, прямые. Позиции рук. Положения рук и кисти, головы, корпуса. Лирический и быстрый танец.

**Практика:** *Русский народно-сценический танец.*

Поклон в русском характере.

*Положения рук.* Раскрывание и закрывание рук на талию, в кулачках. Полочка.

Подготовительное положение рук, кисти загнуты вверх и др.

*Удары стопами* в полуприседе, притоп, шаг с притопом, притоп с подскоком.

*Танцевальные движения:* «Гармошка». Припадание на месте, с продвижением в сторону по 6-ой, 3-ей поз. «Ковырялочка». «Моталочка». «Молоточки». Комбинации.

*Рисунки танца.* Переходы в парах, линиях, по кругу: «прочес», «змейка», «до – за - до», «воротца».

#### **5. Татарский народный танец**

**Теория:** Особенности татарского народного танца. Позиции рук и корпуса. Особенности народного танцевального костюма.

**Практика:** Поклон.

*Положения рук:* на поясе в кулачках, раскрывание рук, движения кистей.

*Танцевальные движения:* «ковырялочка», «припадания», «основной шаг» и др.

*Рисунки танца:* переходы в парах, линии, полукругом, «прочес».

## **6. Спортивно-бальный танец**

**Теория:** Особенности бальных движений. Позиции ног. Позиции рук. Положение головы. Положение корпуса.

**Практика:** *Спортивно-бальный танец.*

Поклон в бальном танце.

*Положения рук:* на поясе, лодочкой, раскрывание и закрывание рук на талию.

*Танцевальные движения:* стандарт – «основной шаг», «основной шаг в повороте», латина- «самбоход вперед, назад», «бататога», «вольта»

*Рисунки танца:* повороты парами, переходы в парах, по линиям, по кругу.

## **7. Постановочная работа**

**Теория:** Передача образа в танцевальной постановке. Рисунок танца.

**Практика:** Разучивание комбинаций, отработка их. Постановка.

Примерный репертуар: «Мама», «Марш снеговиков», «Гномики», танец снежинок и др.

## **8. Репетиционная работа.**

**Теория:** беседы об особенностях и отличиях при исполнении классических, народных и спортивных танцевальных номеров. Поведение на сцене: выход и уход. Эмоциональность исполнения и передача образа.

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар музыкальный репертуар

## **9. Танцевальные этюды**

**Теория:** педагог корректирует исполнение отдельных элементов, фигур, рисунка. Занятия групповые и индивидуальные (по востребованию).

**Практика:** танцевальные этюды педагог ставит сам: они служат ступенью, подготовкой к дальнейшим номерам.

танцевальные этюды – обучающиеся импровизируют под музыку. Это поиск пластического образа, состояния настроения.



## 10. Публичные выступления

**Практика:** Итогом деятельности детей становятся выступления на концертах, родительских собраниях. Радость детей, желание показать свои умения, смешивается со страхом: выход на сцену — очень ответственный шаг. И преодоление этого страха послужит детям в преодолении жизненных трудностей.

## 11. Итоговое занятие

### 2.1 Календарно-тематическое планирование образовательного процесса ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| Месяц           | Тема, задачи   | Количество часов | Итоговое занятие   |
|-----------------|--|------------------|--|
| <b>Сентябрь</b> | «Осенний калейдоскоп»<br>-Диагностика уровня музыкально-ритмических движений детей;<br>-Формирование представлений о понятиях «танец», «основной шаг», «позиция».  | 4                | Танец<br>«Ежиков» на<br>осеннем<br>празднике                           |
| <b>Октябрь</b>  | - Формирование понятий о танце, основных позициях рук, ног, головы, корпуса.<br>- Изучение основных видов шагов по кругу в колонне.  | 4                |  |
| <b>Ноябрь</b>   | - -Формирование представлений о русском народном танце, его особенностях.<br>- Изучение основных шагов, движений в танце.<br>- Способствование запоминанию рисунков в русском народном танце.  | 4                |  |
| <b>Декабрь</b>  | -Расширять знание детей о понятиях «линии», «повороты, выпад вправо и влево».<br>-Учить движения хороводного шага, держась за руки и соблюдая правильную форму круга.<br>-Учить передавать характер, мимику, пластику, воображение, через движения с сюжетным наполнением танца. | 4                |  |
| <b>Январь</b>   | -Развивать музыкально-ритмическую координацию движений, способность  | 4                |  |
|                 |  |                  | Танец<br>«Моряков»<br>на празднике<br>ко дню<br>защитника<br>Отечества |

|                |   |   |  |
|----------------|---|---|--|
|                | <p>выразительно двигаться в соответствии с характером музыки, используя предметы.</p> <p>-Расширять умение перестраиваться из большого круга в маленький и наоборот, не держась за руки.</p> <p>-Учить детей движением в работе с лентой: «поочередное поднятие рук», «круговые движения рук», «змейка», «водопад».</p> |   |  |
| <b>Февраль</b> | <p>- Изучение татарского народного танца, его особенностей, позиций и рисунков в танце.</p> <p>-Формирование представлений о татарском танцевальном костюме (мужском и женском)</p>   | 4 |  |
| <b>Март</b>    | <p>- Изучение спортивно-бального танца и его особенностей.</p> <p>- Формирование умения стоять в парах.</p> <p>- Изучение двух видов программ бального танца: европейской и латиноамериканской.</p>   | 4 |  |
| <b>Апрель</b>  | <p>- Продолжение изучения движений спортивно-бального танца.</p> <p>- Формирование умения выполнять перестроения в парах.</p>   | 4 | Танец «Веселых зонтиков» на весеннем празднике |
| <b>Май</b>     | <p>-Повторение и закрепление пройденного за учебный год материала.</p> <p>-Способствовать формированию настойчивости, выдержки в достижении результатов на занятиях хореографией.</p> <p>-Учиться музыкально, выразительно и эмоционально передавать характерные движения в танце.</p>                                  | 4 |  |

### КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ НА ГОД

| Месяц | 1 неделя | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя |
|-------|----------|----------|----------|----------|
|-------|----------|----------|----------|----------|

|                                      |   |   |  |  |
|--------------------------------------|---|---|--|--|
| С<br>Е<br>Н<br>Т<br>Я<br>Б<br>Р<br>Ь | <p><u>Занятие 1.</u><br/><i>Вводное занятие.</i><br/>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</p>  | <p><u>Занятие 2.</u><br/>1. Разминка.<br/>2. Дыхательная гимнастика «Ладочки».<br/>3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».<br/>4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» Г. Свиридова.<br/>5. Игровой самомассаж, релаксация.</p>                | <p><u>Занятие 3.</u><br/>1. Разминка.<br/>2. Дыхательная гимнастика «Ладочки».<br/>3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».<br/>4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» Г. Свиридова.<br/>5. Музыкальная игра «Зайка» С.Насауленко.<br/>6. Игровой самомассаж, релаксация.</p> | <p><u>Занятие 4.</u><br/>1. Разминка.<br/>2. Дыхательная гимнастика «Ладочки».<br/>3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».<br/>4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» Г. Свиридова.<br/>5. Музыкальная игра «Зайка» С.Насауленко.<br/>6. Игровой самомассаж, релаксация.</p> |
| О<br>К<br>Т<br>Я<br>Б<br>Р<br>Ь      | <p><u>Занятие 5.</u><br/>1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Погончики».<br/>3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч».</p> | <p><u>Занятие 6.</u><br/>1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках)<br/>2. Дыхательная гимнастика «Погончики»<br/>3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч»<br/>4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята»</p> | <p><u>Занятие 7.</u><br/>1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Погончики».<br/>3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч».<br/>4. Музыкально-ритмическая композиция</p>                                       | <p><u>Занятие 8.</u><br/>1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Погончики».<br/>3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч».<br/>4.</p>   |

|                            |  |  |  |   |
|----------------------------|--|--|--|---|
|                            |  | азерб.нар.мел.   | «Цыплята»<br>азерб.нар.мел.<br>5.<br>Музыкальная<br>игра «Курочки<br>и петушок»<br>С.Насауленко.<br>6. Игровой<br>самомассаж,<br>релаксация.   | Музыкально-<br>ритмическая<br>композиция<br>«Цыплята»<br>азерб.нар.мел.<br>5.<br>Музыкальная<br>игра<br>«Курочки и<br>петушок»<br>С.Насауленко.<br>6. Игровой<br>самомассаж,<br>релаксация.   |
| Н<br>О<br>Я<br>Б<br>Р<br>Ь | <u>Занятие 9.</u><br>1. Разминка<br>(шаг с носка,<br>прямой галоп).<br>2. Дыхательная<br>гимнастика<br>«Насос».<br>3. Игровой<br>стретчинг<br>«Колобок»,<br>«Паровозик». | <u>Занятие 10.</u><br>1. Разминка<br>(шаг с носка,<br>прямой галоп).<br>2. Дыхательная<br>гимнастика<br>«Насос».<br>3. Игровой<br>стретчинг<br>«Колобок»«Пар<br>овозик»<br>4. Музыкально-<br>ритмическая<br>композиция<br>«Чунга-Чанга»<br>В. Шаинского. | <u>Занятие 11.</u><br>1. Разминка<br>(шаг с носка,<br>прямой галоп).<br>2. Дыхательная<br>гимнастика<br>«Насос».<br>3. Игровой<br>стретчинг<br>«Колобок»«Па<br>ровозик»<br>4. Музыкально-<br>ритмическая<br>композиция<br>«Чунга-Чанга»<br>В. Шаинского.<br>5.<br>Музыкальная<br>игра<br>«Обезьянки и<br>тигр»<br>С.Насауленко<br>6. Игровой<br>самомассаж,<br>релаксация. | <u>Занятие 12.</u><br>1. Разминка<br>(шаг с носка,<br>прямой<br>галоп).<br>2.<br>Дыхательная<br>гимнастика<br>«Насос».<br>3. Игровой<br>стретчинг<br>«Колобок»«П<br>аровозик»<br>4.<br>Музыкально-<br>ритмическая<br>композиция<br>«Чунга-<br>Чанга»<br>В.<br>Шаинского.<br>5.<br>Музыкальная<br>игра<br>«Обезьянки и<br>тигр»<br>С.Насауленко<br>6. Игровой<br>самомассаж, |

|                                 |  |  |  |   |
|---------------------------------|--|--|--|---|
|                                 |  |  |  | релаксация.   |
| Д<br>Е<br>К<br>А<br>Б<br>Р<br>Ь | <p><u>Занятие 13.</u><br/>1. Разминка.<br/>2. Дыхательная гимнастика.<br/>3. Партерная гимнастика.<br/>4. Исполнение музыкально-ритмических композиций по желанию детей.</p>                                   | <p><u>Занятие 14.</u><br/>Подготовка к контрольному итоговому занятию.</p>   | <p><u>Занятие 15.</u><br/>Подготовка к контрольному итоговому занятию.</p>   | <p><u>Занятие 16.</u><br/>Итоговое контрольное занятие.</p>   |
| Я<br>Н<br>В<br>А<br>Р<br>Ь      | <p><u>Занятие 17.</u><br/>1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».<br/>3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».<br/>4. Игровой самомассаж, релаксация.</p> | <p><u>Занятие 18.</u><br/>1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».<br/>3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».<br/>4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки» Д. Кабалеvского.<br/>5. Игровой самомассаж, релаксация.</p> | <p><u>Занятие 19.</u><br/>1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».<br/>3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».<br/>4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки» Д. Кабалеvского .<br/>5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко.<br/>6. Игровой самомассаж, релаксация.</p> | <p><u>Занятие 20.</u><br/>1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».<br/>3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».<br/>4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки» Д. Кабалеvского .<br/>5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко.</p> |

|                                 |   |   |   |  |
|---------------------------------|---|---|---|--|
|                                 |   |   |   | 6. Игровой самомассаж, релаксация.   |
| Ф<br>Е<br>В<br>Р<br>А<br>Л<br>Б | <p><u>Занятие 21.</u><br/>Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Кошка».<br/>3. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя»<br/>Б. Савельева.<br/>4. Игровой самомассаж, релаксация.</p> | <p><u>Занятие 22.</u><br/>Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Кошка».<br/>3. Игровой стретчинг «Коробочка».<br/>4. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя»<br/>5. Игровой самомассаж, релаксация.</p> | <p><u>Занятие 23.</u><br/>Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Кошка».<br/>3. Игровой стретчинг «Коробочка» .<br/>4. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя»<br/>Б. Савельева.<br/>5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы»<br/>С. Насауленко.<br/>6. Игровой самомассаж, релаксация.</p> | <p><u>Занятие 24.</u><br/>1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Кошка».<br/>3. Игровой стретчинг «Коробочка» .<br/>4. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя»<br/>Б. Савельева.<br/>5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы»<br/>С. Насауленко.<br/>6. Игровой самомассаж, релаксация.</p> |
| М<br>А<br>Р<br>Т                | <p><u>Занятие 25.</u><br/>1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).<br/>2. Дыхательная гимнастика</p>   | <p><u>Занятие 26.</u><br/>1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).<br/>2. Дыхательная гимнастика «Обними</p>   | <p><u>Занятие 27.</u><br/>1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).<br/>2. Дыхательная гимнастика</p>   | <p><u>Занятие 28.</u><br/>1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).<br/>2.</p>   |

|                            |   |  |   |  |
|----------------------------|---|--|---|--|
|                            | <p>«Обними плечи».</p> <p>3. Игровой стретчинг «Корзиночка».</p> <p>4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»</p> <p>М. Спадавеккиа.</p>   | <p>плечи».</p> <p>3. Игровой стретчинг «Корзиночка».</p> <p>4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»</p> <p>М. Спадавеккиа.</p> <p>5. Музыкальная игра «Аист и лягушки»</p> <p>С. Насауленко.</p>  | <p>«Обними плечи».</p> <p>3. Игровой стретчинг «Корзиночка».</p> <p>4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»</p> <p>М. Спадавеккиа.</p> <p>5. Музыкальная игра «Аист и лягушки»</p> <p>С. Насауленко.</p> <p>6. Игровой самомассаж, релаксация.</p> | <p>Дыхательная гимнастика «Обними плечи».</p> <p>3. Игровой стретчинг «Корзиночка»</p> <p>.</p> <p>4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»</p> <p>М. Спадавеккиа.</p> <p>5. Музыкальная игра «Аист и лягушки»</p> <p>С. Насауленко.</p> <p>6. Игровой самомассаж, релаксация.</p> |
| А<br>П<br>Р<br>Е<br>Л<br>Ь | <p><u>Занятие 29.</u></p> <p>1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).</p> <p>2. Дыхательная гимнастика «Ушки».</p> <p>3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».</p> <p>4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о</p> | <p><u>Занятие 30.</u></p> <p>1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).</p> <p>2. Дыхательная гимнастика «Ушки».</p> <p>3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».</p> <p>4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете»</p> <p>Е. Крылатова.</p> | <p><u>Занятие 31.</u></p> <p>1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).</p> <p>2. Дыхательная гимнастика «Ушки».</p> <p>3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».</p> <p>4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете»</p> <p>Е.</p>         | <p><u>Занятие 32.</u></p> <p>1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).</p> <p>2. Дыхательная гимнастика «Ушки».</p> <p>3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».</p> <p>4. Музыкально-ритмическая</p>  |

|             |   |   |   |   |
|-------------|---|---|---|---|
|             | лете» Е.<br>Крылатова.  |   | Крылатова.<br>5.<br>Музыкальная<br>игра «Барашки<br>и волк»<br>С. Насауленко.<br>6. Игровой<br>самомассаж,<br>релаксация. | композиция<br>«Песенка о<br>лете» Е.<br>Крылатова.<br>5.<br>Музыкальная<br>игра<br>«Барашки и<br>волк»<br>С.<br>Насауленко.<br>6. Игровой<br>самомассаж,<br>релаксация. |
| М<br>А<br>Й | <u>Занятие 33.</u><br>Подготовка к<br>контрольному<br>итоговому<br>занятию. | <u>Занятие 34.</u><br>Подготовка к<br>контрольному<br>итоговому<br>занятию. | <u>Занятие 35.</u><br>Итоговое<br>контрольное<br>занятие.   | <u>Занятие 36.</u><br>Диагностика<br>уровня<br>музыкально-<br>двигательных<br>способностей<br>детей.  |

### 2.3 Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов

#### Методика выявления уровня развития чувства ритма (разработана основе методик А.Н. Зиминной и А.И. Бурениной)

Цель: выявление уровня развития чувства ритма.

Проведение: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

Критерии уровня развития чувства ритма:

Движение.

1) передача в движении характера знакомого музыкального произведения (3-х частная форма):

высокий – ребёнок самостоятельно, чётко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

средний – производит смену движений с запаздыванием (по показу других детей), движения соответствуют характеру музыки;



низкий – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

2) передача в движении характера незнакомого музыкального произведения (фрагмента) после предварительного прослушивания:

высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

средний - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

низкий – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

3) соответствие ритма движений ритму музыки:

высокий – чёткое выполнение движений;

средний – выполнение движений с ошибками;

низкий – движение выполняется не ритмично.

4) координация движений и внимание («ритмическое эхо со звучащими жестами»):

высокий – ребёнок выполняет все движения без ошибок;

средний – допускает 1-2 ошибки;

низкий – не справляется с заданием.

Воспроизведение ритма.

1) воспроизведение ритма знакомой песни под своё пение:

высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмической рисунок знакомой песни;

средний – воспроизводит ритм песни с 1-2 ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

2) воспроизведение ритма мелодии, сыгранной педагогом на инструменте:

высокий – ребёнок точно воспроизводит ритмической рисунок мелодии;

средний – воспроизводит ритм песни с ошибками;

низкий – неверно воспроизводит ритм песни.

3) воспроизведение ритма песни шагами:

высокий – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте и по залу;

средний – верно воспроизводит ритм песни шагами на месте;

низкий – допускает много ошибок или не справляется с заданием.

4) воспроизведение ритмических рисунков в хлопках или на ударных инструментах («ритмическое эхо»):

высокий – ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

средний – допускает 2-3 ошибки;

низкий – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

Творчество.

1) сочинение ритмических рисунков:

высокий – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки;

средний – использует стандартные ритмические рисунки;

низкий – не справляется с заданием.

2) танцевальное:

высокий – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

средний – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке

### **Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка**

Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

Упражнение 1. Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

Упражнение 2. Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

Упражнение 3. Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла - правильное одновременное выполнение движений.

2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл - неверное выполнение движений.

Творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

Гибкость тела – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

Упражнение «Отодвинь кубик дальше» (проверка гибкости тела вперед).

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами.

3см и меньше – низкий уровень (1 балл).

4-7см – средний уровень (2 балла)

8-11см – высокий уровень (3 балла).

Упражнение «Кольцо» (проверка гибкости тела назад).

Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балл – средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

Упражнение «Кто из лесу вышел?»

После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

Упражнение «Заведи мотор».

Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

Упражнение «Страусы».

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

1 балл – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

Развитие чувства ритма. Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно, используя короткие отрывочные высказывания.

Упражнения с ладошками.

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

4 раза по коленям и обеими руками (повторить 2 раза).

3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).

2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.

1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

3 балла – точно передает ритмический рисунок.

### **Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности**

Первый уровень (высокий 15-18 баллов) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний 10-14 баллов). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм.

Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений

Третьему уровню (низкому 6-9 баллов) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

## ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

### 3.1 Учебный план

|                                    |           |
|------------------------------------|-----------|
| 1 полугодие 16.09.2019- 23.12.2019 | 15 недель |
| 2 полугодие 13.01.2020- 25.05.2020 | 20 недель |

### 3.2 Материально-техническое обеспечение программы

Оборудование кабинета:

- наглядный материал;
- демонстрационный материал;
- наглядные пособия (альбомы, портреты выдающихся артистов балета, иллюстрации, фотографии)
- музыкальное оборудование.

### 3.3 Методическое обеспечение программы

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. - 220 с.
2. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.: Просвещение, 1967. – 203 с.
3. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий, 2003, 2006. – 72 с.
4. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 112 с.
5. Каплунова И., Новоскольцева И. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. –СПб.: Композитор, 2005. - 76 с.
6. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006. - 272 с.
7. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4. – СПб.: Музыкальная палитра, 2006. – 44 с.
8. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006. -352 с.