

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол № 1
От «30» июля 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
Детский сад № 61
_____ Хайруллина О. Р.

Дополнительная общеразвивающая программа оздоровительного и спортивного направления «Танцы»

Руководитель: инструктор по ф/к
Валиева Л.З.

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 3-7 лет.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и 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, возрастных особенностях детей.

Учебная программа реализуется посредством основной общеобразовательной программы «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» /под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой/, технологией по ритмической пластике для детей «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, дополнительной парциальной программой по хореографии для детей дошкольного возраста «Прекрасный мир танца» О.Н. Калининой.

Программа «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» является инновационным общеобразовательным программным документом для дошкольных учреждений, подготовленных с учетом новейших достижений науки и практики отечественного и зарубежного дошкольного образования. Программа разработана в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г №1155) Также с следующими нормативными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией модернизации российского образования;
- Концепцией дошкольного воспитания;

- СанПиН 2.4.1.3049-13 ;

- НРК ГОСа и получением социального заказа на качественное дошкольное образование.

Цель программы – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать эстетическому и нравственному развитию дошкольников. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

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.

Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей

3-5 лет

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

Основное содержание

1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;
- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое-грустное, шаловливое-спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый – умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выразить это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топящим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («Бабочки», «Птички», «Ручейки» и т.д.), широкий («Волк»), острый (бежим по «горячему песку»);
- прыжковые движения – на двух ногах на месте, продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки;

общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений;

имитационные движения разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый» или «грустный зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «бравый солдат» и т.д.). Уметь передавать динамику настроения.

плясовые движения – элементы народных плясок, доступных по координации.

- ### 3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:
- самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, строится в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

4. Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

5. Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой – развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи – в умении выразить свое восприятие в движениях, а также рисунках, в словесном описании.

6. Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта;
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Показателем уровня развития является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

5 – 7 лет

В этом возрасте ребенок – дошкольник достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений – из области хореографии, гимнастики. Это дает возможность подбирать для работы с детьми более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения.

Приоритетные задачи: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки.

Основное содержание

1. Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными сочинениями;
- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и оттенки настроений в звучании;
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп – разнообразный, а также ускорения и замедления;

- развитие способности различать жанр произведения – плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец); песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш, разный по характеру, и выражать это в соответствующих движениях.

2. Развитие двигательных качеств и умений

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблучка», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, «гусиным» шагом, с ускорением замедлением;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ, а также высокий, широкий, острый, пружинящий бег;
- прыжковые движения – на одной, на двух ногах на месте и с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп), поскок «легкий» и «сильный» и др.;

общеразвивающие упражнения - на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног;

имитационные движения - различные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние, динамику настроений, а также ощущения тяжести или легкости, разной среды – «в воде», «в воздухе» и т.д.);

плясовые движения – элементы народных плясок и детского бального танца, доступные по координации, танцевальные упражнения, включающие асимметрию из современных ритмических танцев, а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом и др.

3. **Развитие умений ориентироваться в пространстве:** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны, самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций («змейка», «воротики», «спираль» и др.).

4. **Развитие творческих способностей:**

- Развитие умений сочинять несложные плясовые движения и их комбинации;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку, импровизировать в драматизации, самостоятельно создавая пластический образ;
- развитие воображения, фантазии, умения находить свои, оригинальные движения для выражения характера музыки, умение оценивать свои творческие проявления и давать оценку другим детям.

5. **Развитие и тренировка психических процессов:**

- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов – умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения – по фразам;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления – на основе усложнения заданий (увеличение объема движений, продолжительности звучания музыки, разнообразия сочетаний упражнений и т.д.);

- развитие умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д., разнообразные по характеру настроения, например: «Рыбки легко и свободно резвятся в воде».

б. Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам;
- воспитание потребности научить младших детей тем упражнениям, которые уже освоены; умение проводить совместные игры-занятия с младшими детьми;
- воспитание чувства такта, умения вести себя в группе во время занятий (находить себе место, не толкаясь; не шуметь в помещении во время самостоятельных игр);
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, выполнять вес правила без подсказки взрослого: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Показатели уровня развития детей:

- выразительность исполнения движений под музыку;
- умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности;
- освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений;
- умение передавать свой опыт младшим, организовать игровое общение с другими детьми;
- способность к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений;
- точность и правильность исполнения движений в танцевальных и гимнастических композициях.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

В соответствии с поставленными целями и задачами образовательной программы хореографической студии «Каблук» после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

Учащийся будет знать:

- музыкальные размеры, темп и характер музыки;
- хореографические названия изученных элементов;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- знать позиции ног.

Воспитанник будет уметь:

- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

Итоговое занятие проводится в форме концерта. Концерт является основной и конечной формой контроля знаний, умений, навыков и творческой самореализации учащихся.

Учебно- тематический план

Период прохождения материала	Перечисление тем
	<p><i>Тема 1.</i> Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.</p> <p><i>Тема 2.</i> Осенний листопад.</p>
Сентябрь	<p>-Познакомить детей с понятиями «осень», «осенние листочки», «осенний листопад».</p> <p>-Расширять знания детей о понятиях «танец», «ориентировка в пространстве», «ровная спина», «носик смотрит прямо».</p>
Октябрь	<p>-Учить первичным навыкам «находить свое место на краю ковра», «двигаться по краю ковра».</p> <p><i>Тема 3.</i> Заводные султанчики.</p>
Ноябрь	<p>-Познакомить детей с понятиями «зима», «зимние праздники».</p> <p>-Расширять знание детей о понятиях «линии», «повороты, выпадывы вправо и влево».</p>
Декабрь	<p>-Учить движения хороводного шага, держась за руки и соблюдая правильную форму круга.</p> <p><i>Тема 4.</i> У мамы – кошечки.</p>
Январь	<p>-Познакомить детей с понятиями «весна», «мамин праздник».</p> <p>-Учить передавать характер, мимику, пластику, воображение, через движения с сюжетным наполнением танца.</p> <p>-Расширять имитационные знания о понятиях «кошечка точит коготки», «умывается», «ползает», «виляет хвостиком», «болтает ножками».</p>

Февраль

Тема 5. Пестрые ленточки.

Март

-Развивать музыкально-ритмическую координацию движений, способность выразительно двигаться в соответствии с характером музыки, используя предметы.

-Расширять умение перестраиваться из большого круга в маленький и наоборот, не держась за руки.

-Учить детей движением в работе с лентой: «поочередное поднятие рук», «круговые движения рук», «змейка», «водопад».

Апрель

Тема 6. Любимые танцы.

-Повторение и закрепление пройденного за учебный год материала.

-Способствовать формированию настойчивости, выдержки в достижении результатов на занятиях хореографией.

Май

-Учиться музыкально, выразительно и эмоционально передавать характерные движения в танце.

Тема 7. Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.

-

Содержание программы

месяц	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
С	<u>Занятие 1,2.</u>	<u>Занятие 3,4.</u>	<u>Занятие 5,6.</u>	<u>Занятие 7,8.</u>
Е	<i>Вводное занятие.</i>	1. Разминка.	1. Разминка.	1. Разминка.
Н	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года.	2. Дыхательная гимнастика «Ладочки».	2. Дыхательная гимнастика «Ладочки».	2. Дыхательная гимнастика «Ладочки».
Т		3. Игровой стретчинг «Качалочка», «Лодочка».	3. Игровой стретчинг «Качалочка»,	3. Игровой стретчинг «Качалочка»,
Я				

Б		4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш» Г. Свиридова.	«Лодочка».	«Лодочка».
Р			4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш»	4. Музыкально-ритмическая композиция «Марш»
Б		5. Игровой самомассаж, релаксация.	Г. Свиридова.	Г. Свиридова.
			5. Музыкальная игра «Зайка-зайка» С.Насауленко.	5. Музыкальная игра «Зайка-зайка» С.Насауленко.
			6. Игровой самомассаж, релаксация.	6. Игровой самомассаж, релаксация.
			<u>Занятие 5,6.</u>	<u>Занятие 7,8.</u>
			1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).	1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).
О	<u>Занятие 1,2.</u>	<u>Занятие 3,4.</u>		
К	1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках).	1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках)	2. Дыхательная гимнастика «Погончики».	2. Дыхательная гимнастика «Погончики».
Т			3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч».	3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч».
Я	2. Дыхательная гимнастика «Погончики».	2. Дыхательная гимнастика «Погончики»	4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята» азерб.нар.мел.	4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята» азерб.нар.мел.
Б		3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч»	5. Музыкальная игра «Курочки и петушок» С.Насауленко.	5. Музыкальная игра «Курочки и петушок» С.Насауленко.
Р	3. Игровой стретчинг «Кошечка», «Достань мяч».	4. Музыкально-ритмическая композиция «Цыплята» азерб.нар.мел.	6. Игровой самомассаж, релаксация.	6. Игровой самомассаж, релаксация.
Б			<u>Занятие 5,6.</u>	<u>Занятие 7,8.</u>
Н	<u>Занятие 1,2.</u>	<u>Занятие 3,4.</u>		
О	1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп).	1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп).	1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп).	1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп).
Я			2. Дыхательная гимнастика «Насос».	2. Дыхательная гимнастика «Насос».
Б	2. Дыхательная гимнастика «Насос».	2. Дыхательная гимнастика «Насос».	3. Игровой стретчинг «Колобок»«Паровозик»	3. Игровой стретчинг «Колобок»«Паровозик»
Р	3. Игровой стретчинг «Колобок», «Паровозик».	3. Игровой стретчинг «Колобок»«Паровозик»	4. Музыкально-	4. Музыкально-ритмическая
Б		4. Музыкально-		

	ритмическая композиция	ритмическая композиция	композиция
	«Чунга-Чанга»	«Чунга-Чанга»	«Чунга-Чанга»
	В. Шаинского.	В. Шаинского.	В. Шаинского.
		5. Музыкальная игра «Обезьянки и тигр» С.Насауленко	5. Музыкальная игра «Обезьянки и тигр» С.Насауленко
		6. Игровой самомассаж, релаксация.	6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 1,2.

- Д
Е
К
А
Б
Р
Б
1. Разминка.
 2. Дыхательная гимнастика.
 3. Партерная гимнастика.
 4. Исполнение музыкально-ритмических композиций по желанию детей.

Занятие 3,4.

Подготовка к контрольному итоговому занятию.

Занятие 5,6.

Подготовка к контрольному итоговому занятию.

Занятие 7,8.

Итоговое контрольное занятие.

Занятие 1,2.

- Я
Н
В
А
Р
Б
1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).
 2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».
 3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».
 4. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 3,4.

1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).
2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».
3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки»
Д. Кабалевского.
5. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 5,6.

1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).
2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».
3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки»
Д. Кабалевского .
5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко.
6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 7,8.

1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп).
2. Дыхательная гимнастика «Погреемся».
3. Игровой стретчинг «Растяжка ног», «Карусель».
4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Мишки»
Д. Кабалевского .
5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы» С. Насауленко.
6. Игровой самомассаж,

релаксация.

Занятие 7,8.

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).

2. Дыхательная гимнастика «Кошка».

3. Игровой стретчинг «Коробочка» .

4. Музыкально-ритмическая композиция

«Танцуйте сидя»

Б. Савельева.

5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы»

С. Насауленко.

Занятие 5,6.

Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).

2. Дыхательная гимнастика «Кошка».

3. Игровой стретчинг «Коробочка» .

4. Музыкально-ритмическая композиция

«Танцуйте сидя»

Б. Савельева.

5. Музыкальная игра «Медведь и пчелы»

С. Насауленко.

6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 5,6.

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).

2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».

3. Игровой стретчинг «Корзиночка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»

М. Спадавеккиа.

5. Музыкальная игра «Аист и лягушки»

С. Насауленко.

6. Игровой самомассаж,

6. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 7,8.

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).

2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».

3. Игровой стретчинг «Корзиночка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»

М. Спадавеккиа.

5. Музыкальная игра «Аист и лягушки»

С. Насауленко.

Занятие 1,2.

Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).

2. Дыхательная гимнастика «Кошка».

3. Музыкально-ритмическая композиция

«Танцуйте сидя»

Б. Савельева.

4. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 3,4.

Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).

2. Дыхательная гимнастика «Кошка».

3. Игровой стретчинг «Коробочка».

4. Музыкально-ритмическая композиция

«Танцуйте сидя»

5. Игровой самомассаж, релаксация.

Занятие 3,4.

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).

2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».

3. Игровой стретчинг «Корзиночка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»

М. Спадавеккиа.

5. Музыкальная игра «Аист и лягушки»

С. Насауленко.

Занятие 1,2.

1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).

2. Дыхательная гимнастика «Обними плечи».

3. Игровой стретчинг «Корзиночка».

4. Музыкально-ритмическая композиция «Найди себе пару»

М. Спадавеккиа.

Ф
Е
В
Р
А
Л
Б

М
А
Р
Т

			релаксация.	6. Игровой самомассаж, релаксация.
			<u>Занятие 5,6.</u>	<u>Занятие 7,8.</u>
			1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).
			2. Дыхательная гимнастика «Ушки».	2. Дыхательная гимнастика «Ушки».
			3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».	3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».
			4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.	4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.
			5. Музыкальная игра «Барашки и волк»	5. Музыкальная игра «Барашки и волк»
			С. Насауленко.	С. Насауленко.
			6. Игровой самомассаж, релаксация.	6. Игровой самомассаж, релаксация.
			<u>Занятие 5,6.</u>	<u>Занятие 7,8.</u>
			Итоговое контрольное занятие.	Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей.
<u>Занятие 1,2.</u>	<u>Занятие 3,4.</u>			
А	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки).		
П				
Р	2. Дыхательная гимнастика «Ушки».	2. Дыхательная гимнастика «Ушки».		
Е				
Л	3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».	3. Игровой стретчинг «Березка», «Мостик».		
Б				
	4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.	4. Музыкально-ритмическая композиция «Песенка о лете» Е. Крылатова.		
М	<u>Занятие 1,2.</u>	<u>Занятие 3,4.</u>		
А	Подготовка к контрольному	Подготовка к контрольному		
Й	итоговому занятию.	итоговому занятию.		

Список литературы:

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