

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Звёздочки» комбинированного вида с татарским языком воспитания и обучения» жилого комплекса «Усадьба Царево» с. Новое Шигалеево
Пестречинского муниципального района Республики Татарстан

Рассмотрено на заседании
педагогического совета №1
МБДОУ «Детский сад «Звездочки»
с.Новое Шигалеево
протокол от «28» августа 2025г. №1

Согласовано
Старшие воспитатели
МБДОУ «Детский сад «Звездочки»
с.Новое Шигалеево
Г.К.Мухаметзянова/
А.И.Мухаметшина/

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад «Звездочки»
с.Новое Шигалеево
О.И.Садретдинова/
Приказ от «29» августа 2025г. №120

ПРОГРАММА
дополнительного образования детей
«Ритмопластика»
для детей 5-7 лет

Составил
педагог дополнительного образования
Хисамутдинова Лейля Ирековна

с. Новое Шигалеево, 2025г.

Пояснительная записка

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребёнка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность ребёнка. В последнее время в дошкольных учреждениях всё чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие. Развитие творческой активности каждого обучающегося представляется главной задачей современного дополнительного образования в детском саду, а данная программа способна обеспечить переход от интересов детей к развитию их способностей. Совершенствует адаптацию детей к современному обществу и предоставляет возможность полноценной организации свободного времени воспитанников.

Программа разработана на основе:

- Методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность // Составители Т.А. Татарникова, Т.А. Павловская. – Иркутск. – 2016. – С. 21.
- Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб. 2015.

Направленность программы: художественная

Уровень программы: стартовый

Направленность программы дополнительного образования образовательная программа «Ритмопластика»

Педагогическая целесообразность настоящей программы заключается в доступности и простоте общеразвивающих упражнений под музыку, эффективность в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Отличительной особенностью программы является игровой метод, который придает образовательной деятельности привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка. В программе используются средства музыкально-ритмического обучения детей танцевально-ритмической гимнастике, а также игропластике, пальчиковой гимнастике, музыкально-подвижным играм и партерной гимнастике. Программа построена на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Содержание программы направлено на:

- создание условий для развития личности ребенка;
- развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- воспитание сознательного отношения к учебно-тренировочному процессу, как средству гармонического развития личности человека;
- обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
- приобщение обучающихся к общечеловеческим ценностям;
- создание условий для социального, культурного самовыражения и творческой самореализации личности ребенка

Актуальность программы:

Актуальность программы «Ритмопластика» как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования обучающегося, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества. Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на

нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне. Синкретичность (объединение) танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в ритмопластике, ритмике движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлекательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве. Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у обучающихся музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности. Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональностью, возможностью активно выразить свое отношение к музыке в движении. Учитывая возрастные особенности детей, их запросы и интересы занятия проводятся в игровой форме, большое внимание уделяется музыкальным играм, импровизации. В музыкальных играх, создавая тот или иной образ, дети слышат в музыке и передают в движении разнообразные чувства. Система упражнений выстроена от простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения при условии многократного повторения заданий, что помогает успешному выполнению требований Программы.

Педагогическая целесообразность программы заключается в методах и формах воспитания физического и нравственного здоровья подрастающего поколения, использование здоровье сберегающих технологий. В программе заложены аспекты взаимоотношений между мальчиками и девочками, делается упор на взаимоотношения в коллективе, т.к. программа предусматривает занятия в группах и парах. В процессе учебных занятий дети постепенно приходят к правильной социализации. Растет культура поведения: дети становятся более вежливыми, начинают относиться внимательней к окружающим, находят общие интересы с товарищами, чувствуют себя частью коллектива.

Отличительные особенности.

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучении простейших танцевальных движений, составляющих основу детских танцев);

- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации обучающихся и способность на определённом этапе изучения танцевальных движений не только узнавать мелодию и ритм танца, но и умение реализовывать их в простейших комбинациях танцевальных движений;

- формирование у обучающихся способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца; формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

Адресат программы: обучающиеся с 5 до 7 лет

Возрастные и индивидуальные особенности дошкольников от 5 до 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 исполнение движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети старшего дошкольного возраста способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений. Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества. Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребенка. Но важно так же ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

Цель программы: развитие ребенка, формирование средствами музыки и ритмических движений разнообразных умений, способностей и качеств личности.

Задачи:

Обучающие:

- 1) изучение истории танцевальной культуры;
- 2) изучение основ конкретного ритмического рисунка разных танцев;
- 3) выполнение комплекса упражнений на ориентирование в пространстве;
- 4) знакомство с понятием пластика движения и разучивание основных движений.

Развивающие:

- 1) развитие музыкальности;
- 2) развитие двигательных качеств и умений;
- 3) развитие творческого воображения и фантазии;
- 4) развитие психических процессов;
- 5) развитие нравственно-коммуникативных качеств личности.

Воспитательные:

- 1) воспитание культуры общения, коммуникабельности, взаимовыручки, контроля над собой;
- 2) воспитание трудолюбия, скромности, дисциплинированности;
- 3) воспитания чувства долга и ответственности.

Принципы и подходы к формированию программы

В основе реализации программы лежат деятельностный и личностный подходы к развитию ребенка.

Общеразвивающая программа сформирована в соответствии с принципами:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;

Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности является игра.

Наглядность

Показ физических упражнений, образный рассказ, подражание, имитация известных детям движений.

Доступность

Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка, соответствие содержания возрастным особенностям обучающихся.

Систематичность

Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнение техники их исполнения.

Закрепление навыков

Многократное выполнение упражнений. Умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.

Индивидуальный подход

Учет особенностей возраста, особенностей каждого ребенка. Воспитание интереса к занятиям, активности ребенка.

Сознательность

Понимание пользы упражнений. Потребность их выполнения в домашних условиях

Целевые ориентиры

К концу учебного года обучения дети должны:

Уметь двигаться в соответствии с характером музыки.

Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.

Уметь реагировать на начало и окончанием музыки.

Переходить от одного движения к другому.

Самостоятельно ориентироваться в пространстве.

Передавать хлопками динамический и ритмический рисунок музыки.

Уметь изменять движения с изменением характера музыки.

Уметь создавать музыкально – двигательный образ.

Исполнять плясовые движения, действовать с воображаемыми предметами.

Выполнять движения с предметами.

Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.

Уметь видоизменять одно и то же движение в зависимости от характера музыки.

Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.

Уметь импровизировать под любое музыкальное сопровождение.

Формы и режим занятий.

Занятия построены в игровой форме, исключен процесс утомления смешанной деятельности. У детей сохраняется высокая активность, работоспособность на протяжении времени, отведенного на выполнение заданий. Образовательная деятельность построена по принципу «от простого к сложному» в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Занятия проводятся с подгруппой детей, численностью 12 – 15 человек, 2 раза в неделю, во вторую половину дня, длительностью

25-30 минут.

Набор детей в группы производиться по желанию, учитывается группа здоровья воспитанников.

Дети занимаются в специальной одежде:

мальчики – белая футболка, черные шорты, белые носочки, черные чешки; девочки – гимнастические купальники белого цвета или белые футболки, юбочки, белые носочки, белые чешки.

Место проведения - музыкальный зал.

Модель организации образовательного процесса

Процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

1. Начальный этап - обучение упражнению (отдельному движению);
2. Этап углубленного разучивания упражнений;
3. Этап закрепления и совершенствования упражнения.

На 1-м этапе (начало использования в работе с детьми музыкально-ритмических композиций) мы опираемся на способность детей к подражанию, которая ярко выражена в дошкольном возрасте. Подражая взрослому, ребенок легко осваивает разнообразные виды движений и постепенно начинает их использовать в самостоятельной деятельности (в играх, танцевальных импровизациях).

2- й этап обучения (после того, как дети уже приобрели некоторый опыт в исполнении по показу и запомнили несколько композиций) способствует развитию у детей умений самостоятельно исполнять выученные ранее упражнения (композиции в целом и отдельные движения).

3- й этап работы - подведение обучающихся к творческой интерпретации музыкального произведения, развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно подбирать и комбинировать знакомые движения и придумывать собственные, оригинальные упражнения. Реализация этих задач наиболее важна в данной программе, так как именно в развитии творчества, способности к импровизации концентрируется основная идея - владение собственным телом, тонкость музыкального восприятия, нестандартность мышления, психологическая свобода.

Учебно - тематический план дополнительной образовательной программы по ритмопластике «Ритмопластика»

Задачи:

Воспитание интереса и любви музыки, потребность в ее слушании. Дать детям почувствовать многообразие музыки, которую можно воплотить в движении;

Познакомить детей с разнообразием и выразительным значением основных естественных движений (ходьба, бег, прыжки), элементарными танцевальными движениями, не добиваясь пока качественного их исполнения.

Развитие гибкости, мягкости движений. Учить передавать в пластике разнообразный характер музыки. Развивать умения выражать эмоции в мимике, пантомимике. Учить отражать в танцевальных импровизациях изменения в музыкальном образе; вводить элементы балетного и современного массового танца.

№п\п	Тема	Всего
------	------	-------

1.	Вводное	2
2.	Знакомство с танцем Что такое танец?	2
3.	Музыкальная грамота Темп, характер в музыке, строевые упражнения.	5
4.	Спорт и танец Что такое черлидинг?	6
5.	Элементы классического танца	6
6.	Игроритмика, музыкальные игры.	8
7.	Рисунок танца	4
8.	Народный танец	4
9.	Бальный танец	5
10	Оздоровительно - игровая гимнастика (игровой массаж, партерная гимнастика и др.)	8
11.	Танцевальная мозаика (репетиционно-постановочная работа)	14
	ИТОГО:	64

Всего 64 часов в год (октябрь – май).

Для успешной реализации программы и выполнения поставленных задач в работе с детьми используются следующие здоровьесберегающие технологии.

Пальчиковая гимнастика, Пальчиковые игры	Служат основой для развития мелкой моторики и координации движений рук. Позволяют в игровой форме разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуют на все внутренние органы. оказывает положительное воздействие на улучшение памяти, мышления и развивает фантазию малыша.
«Креативная гимнастика»	Предусматривает целенаправленную работу по применению нестандартных упражнений, специальных заданий. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.
Дыхательная и артикуляционная гимнастика, игры со словом	Положительно влияют на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, способствуют восстановлению центральной нервной системы помогают формированию правильного дыхания и силы голоса. Раздел включает в себя: упражнения на дыхание, голосовые игры и речевые зарядки
Игровой массаж и самомассаж.	расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления. А самое главное, поднимает настроение и улучшает самочувствие ребенка. Раздел является основой закаливания и оздоровления детского организма и включает в себя контактный массаж и бесконтактный массаж.

Партерная гимнастика.	оказывает серьезную поддержку всему организму в плане оздоровительного воздействия. Формируется правильная осанка, исправляются ее нарушения, происходит профилактика иных деформаций позвоночника. Развивается координация движений, эластичность мышц, воспитываются выносливость и усердие. Позволяет с наименьшими затратами энергии достичь определенных целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, выработать правильную осанку. Оказывает благотворное воздействие почти на все органы человеческого тела и помогает излечивать самые разные заболевания.
Игрогимнастика	служит основой для освоения ребенком различных видов движений. В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.
Упражнения релаксации, пластические этюды	существует для снятия нервно – психического напряжения и моделирования положительного психо – эмоционального состояния в процессе занятия и после него.

Содержание программы:

Структура занятия

Занятие состоит из нескольких частей:

1 часть – Водная часть. Приветствие

Комплекс музыкально - ритмических и общеразвивающих движений под музыку. Включает в себя строевые упражнения, различные виды ходьбы и бега, танцевальные шаги, упражнения на развитие мышц стопы и связочного аппарата, возможны комбинация движений ног и рук.

2 часть – Основная часть

Танцевальная разминка, работа над танцем или его отдельными элементами с целью развития и совершенствования навыков танцевальных движений под музыку.

3 часть – Игровая

Работа с музыкально-дидактическими и другими музыкальными играми, музыкально-пластические этюды, упражнения на релаксацию.

4 часть – Короткий анализ занятия. Прощание

Кроме предложенного плана занятия педагог может проявить творческую инициативу, гибкость и в зависимости от поставленных задач строить занятие по другой структуре.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Месяц	Дата	Тема	Цель	Содержание	Примечание
Октябрь 1	1 за нятие	«Давайте познакомимся»	Знакомство с партнерами	Знакомство с детьми. Основные правила поведение в танцевальном зале, правила техники безопасности.	Объяснения, пояснения, показ. Прослушивание быстрой, ритмической и медленной музыки.
	2 за нятие	«Что такое танец?»	Дать детям элементарное представление о танце.	Основные элементы танца.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, поощрение, постановка вопросов. Прослушивание быстрой, ритмической и медленной музыки.
2 ноября	1 за нятие	«Азбука танца»	Приобретение правильной осанки и положение головы, рук и ног.	Постановка корпуса, рук, ног и головы. Положение рук на талии, позиции ног: 1-я свободная, 2-я, 3-я свободная.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов.
	2 за нятие	Танцевальные шаги.	Пробудить интерес к занятиям.	Танцевальный шаг с носка, переменный шаг, шаг на носок.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов.
3 ноября	1 за нятие	Музыкальные игры: «Ладушки»	Обучение перестраиваться из одного рисунка в другой	Под музыку исполняют движения ладонями: «хлопки», «удары» образуя при этом круг, линию, стойка в паре.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов. Применение атрибутики (бубен), (ложки). Прослушивание медленной, быстрой, ритмической музыки.

	2 за ни ти е	Татарские танцевальные шаги	Формирование правильно ориентироваться в пространстве.	Танцевальный шаг с носка, шаг с приседанием, переменный шаг, шаг на носок.	Объяснения, пояснения, показ, похвала. Прослушивание медленной, быстрой, ритмической музыки.
4 не де ля	1 за ни ти е	Коллективно порядковые упражнения	Разогревание. Первоначальные навыки координации движений	Дети образуют круг и делают движения «Встреча», по парам делают движение «Ворота».	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов.
	2 за ни ти е	Музыкальные игры: «Ладушки»	Обучение перестраиваться из одного рисунка в другой	Под музыку исполняют движения ладонями: «хлопки», «удары» образуя при этом круг, линию, стойка в паре.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов. Применение атрибутики (бубен), (ложки). Прослушивание медленной, быстрой, ритмической музыки.
Н оя бр ь 1 не де ля	1 за ни ти е	Знакомство с татарским танцем «Апипа»	Ознакомление детей с темпами музыки, (медленный, быстрый, умеренный)	Разучивание положение рук, ног, головы и корпуса.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Музыкальное сопровождение
	2 за ни ти е	Положение в паре	Совершенствование в исполнении выученных движений	Разучивание основных элементов татарского танца. Движения «укча-баш», «иголочка», «гармошка».	Объяснения, пояснения, показ, похвала.
2 не де ля	1 за ни ти е	Рисунок танца	Научить детей перестраиваться из одного рисунка в другой	«Круг», шахматный порядок, «птичка», «колонна».	Объяснения, пояснения, показ, похвала, Музыкальное сопровождение.
	2 не	Музыкальные игры: «Птицы»	Совершенствование в исполнении выученных	Образные игры. Перестроение из круга в «птичку» и обратно.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа.

	для		движений.	Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой.	Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
3 не де ля	1 не де ля	Продолжение разучивания татарского танца «Апипа»	Постановка рук	Упражнения для пластики рук. Притопы. Построение из линии в колонну, из колонны в два круга	Объяснения, пояснения, показ, похвала.
	2 не де ля	Продолжение разучивания татарского танца «Апипа»	Повторение ранее выученных движений и построений	Танцевальное движение «укчабаш», «иголочка», «гармошка»	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа.
4 не де ля	1 за ни ти е	Повторение татарского танца «Апипа»	Закрепление татарского танца. Умение правильно ориентироваться в пространстве.	Работа над техникой исполнения.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение
Декабрь	2 за ни ти е	Закрепление татарского танца «Апипа»	Соединение изученных упражнений в законченную композицию. Закрепление изученного материала. Закреплять умение координировать движения ног и рук.	Танцевальная разминка по кругу (ходьба, бег, прыжки, ритмические хлопки). Движения руками в разном темпе.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа.
	1 за ни ти е	Знакомство с бальным танцем «Менуэт»	Обучение детей танцевальным движениям	Основные положение рук, ног, головы, корпуса в танце «Менуэт»	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Музыкальное сопровождение.
1 не де ля	2 за ни ти е	Основные движения	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям.	Основные элементы (основной ход, движение рук). Постановка танца.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа.
2	1				

не де ля	за ни ти е	Рисунок танца	Научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	Из двух колон в одну колонну, из колонн в диагонали «птичку»	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
	2 за ни ти е	Положение в паре	Совершенствование в исполнении выученных движений	Разучивание основных элементов танца «Менуэт»	Объяснения, пояснения, показ, похвала.
3 не де ля	1 за ни ти е	Продолжение разучивания бального танца «Менуэт»	Повторение ранее выученных движений и построений	Работа над техникой исполнения.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа
	2 за ни ти е	Повторение бального танца «Менуэт»	Закрепление бального танца. Умение правильно ориентироваться в пространстве.	Работа над техникой исполнения.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение
4 не де ля	1 за ни ти е	Повтор позиций ног и рук.	Закрепить позиции рук.	Перевод рук из 1-й позиции в 3-ю, затем во 2-ю и плавно вниз в подготовительную. Увеличение круга (усиление звука) и уменьшение круга (уменьшение звука).	
	2 за ни ти е	Закрепление бального танца «Менуэт»	Соединение изученных упражнений в законченную композицию. Закрепление изученного материала. Закреплять умение координировать движения ног и рук.	Работа над техникой исполнения.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа
я и ва рь	1 за ни ти е	Коллективно – порядковые упражнения: «В круг»	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям.	Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и обратно. Шаги польки,	Объяснения, пояснения, показ, похвала, коллективная работа. Музыкальное сопровождение.

не де ля			приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг.	
2 за ни ти е	Танцевальные движения в северном стиле: «Чайки», «Моржи», «Пингвины».	Формирование пластику, культуры движения их выразительность	Чайки - упражнения для пластики рук, подскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Импровизация ходьбы пингвина с различным положением рук. Построение круга из шеренги. Импровизация пляски моржа. Движения рук, ног, головы.	Объяснения, пояснения, показ, похвала. Музыкальное сопровождение.
2 не де ля	1 за ни ти е	Музыкальные игры: «Птицы»	Совершенствование в исполнении выученных движений.	Образные игры. Перестроение из круга в «птичку» и обратно. Прыжки на ногах. Пружинка-легкое приседание, приставной шаг, кружение и шаг цепочкой.
2 за ни ти е	Изучения северного танца «Радость тундры».	Обучение детей северным танцевальным движениям.	Основные положение рук, ног, головы, корпуса северного танца.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
3 не де ля	1 за ни ти е	Основные движения	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям.	Положение в паре; ковырялочка, притопы. Основные элементы, прыжки (основной ход, движение рук). Постановка танца.
2 за ни ти е	Рисунок танца	Научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	Из «круга» в «птичку», из «колонны», шахматный порядок, из линии в «круг»	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
Ф ев ра ль 1 не де ля	1 за ни ти е	Постановка танца	Контролирование двигаться синхронно, соблюдать дистанцию.	Работа над техникой исполнения танца.
				Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.

	2 за ни ти е	Повторение северного танца «Радость тундры»	Закрепление танца. Умение правильно ориентироваться в пространстве.	Работа над техникой исполнения.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
2 не де ля	1 за ни ти е	Постановка Военного танца с платочками	Дать детям элементарное представление о танце.	Основные элементы танцевального движения. Основные шаги и прыжки танца. Положение рук, ног, головы и корпуса.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
	2 за ни ти е	Основные движения	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям.	Положение в паре. Основные элементы (основной ход, движение рук).	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
3 не де ля	1 за ни ти е	Рисунок танца	Научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	Из «круга» в «птичку», из «колонны», шахматный порядок, из линий в «круг»	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
	2 за ни ти е	Постановка танца	Контролирование двигаться синхронно, соблюдать дистанцию.	Работа над техникой исполнения танца.	Объяснения, пояснения, показ, похвала. Музыкальное сопровождение.
4 не де ля	1 за ни ти е	Продолжение разучивания военного танца	Повторение ранее выученных движений и построений	Работа над техникой исполнения.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
	2 за ни ти е	Закрепление военного танца	Соединение изученных упражнений в законченную композицию. Закрепление изученного материала. Закреплять умение координировать движения ног и рук.	Работа над техникой исполнения.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
М ар т 1	1 за ни ти е	Коллективно – порядковые упражнения:	Дать представление передавать заданный образ.	Разминка в круг. Ходьба по кругу. Перестроение из шахматного порядка в круг и	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен).

не де ля		«Зверята»		обратно. Шаги польки, приставной шаг. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг	Музыкальное сопровождение.
2 за ни ти е	Элементы русской пляски.	Обучение детей русским танцевальным движениям.	«Елочка», « гармошка», присядки, выпады, «ковырялочки», выступивание, хлопки.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.	
2 не де ля	1 за ни ти е	Постановка русского шуточного танца «Матрешки»	Контролирование двигаться синхронно, соблюдать дистанцию.	Работа над техникой исполнения танца	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
	2 за ни ти е	Изучение элементов русского танца.	Совершенствование координацию движений, навык ориентирования в пространстве.	Основные элементы танца: «веревочка», «молоточек», «припадание»	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
3 не де ля	1 за ни ти е	Рисунок танца.	Обучение двигаться синхронно, соблюдать дистанцию	Разучивание выученных движений с рисунком танца.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
	2 за ни ти е	Постановка танца.	Совершенствование в исполнении выученных движений.	Работа над техникой исполнения	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
4 не де ля	1 за ни ти е	Повторение танца	Закрепление танца. Умение правильно ориентироваться в пространстве.	Работа над техникой исполнения	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
	2 за ни ти е	Закрепление танца	Совершенствовать выполнение изученных танцевальных композиций.	Работа над техникой исполнения	Объяснения, пояснения, показ, похвала. Музыкальное сопровождение.
А п ре ль 1 не де	1 за ни ти е	Основные движения	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям.	Положение в паре. Основные элементы (основной ход, движение рук).	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
	2 за	Рисунок танца	Научить перестраиваться из	Из «круга» в «птичку», из	Объяснения, пояснения, показ, похвала,

ля	ня ти е		одного рисунка в другой.	«колонны», шахматный порядок, из линии в «круг»	постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
2 не де ля	1 за ни ти е	Продолжение разучивания военного танца	Повторение ранее выученных движений и построений	Работа над техникой исполнения.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
	2 за ни ти е	Закрепление военного танца	Соединение изученных упражнений в законченную композицию. Закрепление изученного материала. Закреплять умение координировать движения ног и рук.	Работа над техникой исполнения.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
3 не де ля	1 за ни ти е	Основные движения	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям.	Положение в паре. Основные элементы (основной ход, движение рук).	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
	2 за ни ти е	Рисунок танца	Научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	Из «круга» в «птичку», из «колонны», шахматный порядок, из линии в «круг»	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
4 не де ля	1 за ни ти е	Основные движения	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям.	Положение в паре. Основные элементы (основной ход, движение рук).	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
	2 за ни ти е	Продолжение разучивания военного танца	Повторение ранее выученных движений и построений	Работа над техникой исполнения.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
М ай	1 за ни ти е	Закрепление военного танца	Соединение изученных упражнений в законченную композицию. Закрепление изученного материала.	Работа над техникой исполнения.	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.

		Закреплять умение координировать движения ног и рук.		
2 за ни ти е	Основные движения	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям.	Положение в паре. Основные элементы (основной ход, движение рук).	Объяснения, пояснения, показ, похвала, постановка вопросов, коллективная работа. Применение атрибутики (бубен). Музыкальное сопровождение.
2 не де ля	1 за ни ти е	Рисунок танца	Научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	Из «круга» в «птичку», из «колонны», шахматный порядок, из линии в «круг»
	2 за ни ти е	Основные движения	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям.	Положение в паре. Основные элементы (основной ход, движение рук).
3 не де ля	1 за ни ти е	Рисунок танца	Научить перестраиваться из одного рисунка в другой.	Из «круга» в «птичку», из «колонны», шахматный порядок, из линии в «круг»
	2 за ни ти е	Основные движения	Развитие чувства ритма, обучение детей танцевальным движениям.	Положение в паре. Основные элементы (основной ход, движение рук).
4 не де ля	1 за ни ти е	Повторение всех пройденных танцев	Совершенствовать выполнение изученных танцевальных композиций.	Работа над техникой исполнения
	2 за ни ти е	Мини концерт: «До встречи!»	Обучение детей танцевальным движениям.	Костюмированное представление пройденных танцевальных номеров.
				Объяснения, пояснения, показ, похвала. Музыкальное сопровождение.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Система педагогического наблюдения (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы.

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Анализ деятельности детей осуществляется в процессе наблюдения за ними.

Способы проверки знаний, умений и навыков детей:

Основной метод педагогической диагностики – систематическое наблюдение проявлений детей, оценки выполнения ими различных заданий.

Цель диагностики; выявление уровня двигательных навыков развития ребёнка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия)

Метод диагностики: наблюдение за детьми в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей	Наблюдение	2 раза в год	Октябрь - май

Мониторинг «Владение навыками двигательной деятельности»

№	Фамилия, имя, ребенка	Показатели				
		Демонстрирует двигательные способности	Выполняет упражнения	Выполняет дыхательные, самомассаж, кинезиологические упражнения	Проявляет самостоятельность, творческую инициативу, умеет импровизировать	Общий балл
		1	2	3	4	

		Н.г.	К.г.								
1.											
2.											

В процессе наблюдения за деятельностью детей делается вывод о достижении воспитанниками планируемых результатов (показателей) освоения программы:

3 балла – выполняет самостоятельно при минимальном контроле (помощи) взрослого.

2 балла – выполняет самостоятельно, при напоминании взрослого.

1 балл – выполняет отдельные движения (элементы) самостоятельно, основные – в совместной со взрослым деятельности.

№	Показатели	Общее количество детей в группе	Количество детей, имеющих разные достижения в уровне освоения					
			Высокий		Средний		Низкий	
			Н. г	К. г	Н. г	К. г	Н. г	К. г
1.	Демонстрирует двигательные способности							
2.	Выполняет упражнения							
3.	Выполняет дыхательные, самомассаж, кинезиологические упражнения							
4.	Проявляет самостоятельность творческую инициативу, умеет импровизировать							
	Итого %							

Материально-техническое обеспечение.

Тип оборудования	Наименование	Размер, масса
Для ходьбы, бега, равновесия	Модуль	
	Шнур длинный	Длина 150 см, диаметр 2 см
	Обруч большой	Диаметр 95—100 см
	Доска гладкая с зацепами	Длина 250 см Ширина 20 см Высота 3 см
	Доска с ребристой поверхностью	Длина 150 см Ширина 20 см Высота 3 см

	Дорожка-змейка (канат)	Длина 600 см Диаметр 3 см
	Коврик массажный	75 x 70 см
	Мяч-попрыгунчик	Диаметр 50 см
Для прыжков	Обруч малый -	Диаметр 50—55 см
	Шнур короткий	Длина 75 см
	Мат гимнастический	Длина 200 см Ширина 100 см Высота 7 см
Для обще-развивающих упражнений	Кольцо пластмассовое	Диаметр 14 см
	Лента цветная (короткая)	Длина 50 см
	Мяч массажный	Диаметр 8—10 см
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75—80 см
	Флажок	
	Обручи	Диаметр 50—55 см
	Мешочки с песком	
	Резиновые кольца для кистей рук	
	Гимнастические мячи («фитбол»)	
Для профилактики и коррекции плоскостопия	Дорожка здоровья	
	Дорожка со следочками	
	Массажеры роликовые	
	Мелкие предметы	
	Палочки разных диаметров	
	Платочки	
	Дорожка здоровья	
Для музыкального сопровождения	Магнитофон	
	Бубен	

Список использованной литературы:

1. Бабенкова Е.А. Как сделать осанку красивой, а походку легкой. - М.: ТЦ Сфера, 2008.Галанов А. С.Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников. СПб.: Речь, 2007.
2. Потапчук А.А. Как сформировать правильную осанку у ребенка. СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009.
3. Корrigирующая гимнастика для детей с нарушением опорно – двигательного аппарата в условиях детского сада. / авт.сост. Клюева М.Н..- СПб.: ДЕТСТВО – ПРЕСС, 2007.
4. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. -М.: Генезис, 2010.-474с.