

Департамент образования Администрации г. Екатеринбурга  
управление образования Верх-Исетского района  
**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 24**

---

620131, Свердловская область, г. Екатеринбург, ул. Крауля 75 а.  
Тел./факс 231-52-52. E-mail: [madoy-ds24@mail.ru](mailto:madoy-ds24@mail.ru)

Принята:  
Педагогический совет  
МАДОУ- детский сад № 24  
протокол № 1 от 28.08.2020г.



Утверждена:  
Заведующий  
МАДОУ- детский сад № 24  
С.В. Егорова  
Приказ № 155-о от 28.08.2020г.

**Рабочая образовательная программа  
дополнительного образования «Хореография»**

**для детей с 6-7 лет**

## Содержание

<b>1</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>3</b>
1.1.	Пояснительная записка	3
	Цели Программы	4
	Задачи программы	4
	Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	7
<b>2</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>8</b>
2.1.	Содержание психолого-педагогической работы	8
	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленными в пяти образовательных областях	8
	Перспективно-тематическое планирование	14
2.2.	Формы, способы, методы и средства реализации Программы	22
	Особенности образовательной деятельности	22
	Способы и направления поддержки детской инициативы в освоении Программы	22
	Особенности взаимодействия педагога с семьями воспитанников	23
	Требования и методические рекомендации к проведению обучения упражнениям	24
	Описание основных позиций и танцевальных движений по хореографии для дошкольников	24
<b>3</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>30</b>
3.1.	Средства обучения и воспитания	30
3.2.	Развивающая предметно-пространственная среда	31
3.3.	Традиционные события, праздники, мероприятия	31

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ХОРЕОГРАФИЯ» для детей 6-7 лет.**

### **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

#### **1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа дополнительной образовательной услуги «Хореография» Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения – детский сад № 532 (далее Программа) направлена на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей воспитанников в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом совершенствовании. Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»), на основании авторской программы Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г.«СА-ФИ-ДАНСЕ».

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОУ предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо развивать ребенка многогранно, не останавливаясь перед какими трудностями. Наиболее полное раскрытие творческих потенциалов личности дошкольника в ДОУ, определяется через выбор хореографического направления. Данная программа строится на обширном изучении русского народного танца, наиболее понятного и доступного детям дошкольникам.

Программа ставит своей целью приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание.

Данная программа направлена на приобщение детей к миру танца. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа. Обучаясь по этой программе, дети научатся чувствовать ритм, слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения. Одновременно смогут развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем помогут сформировать правильную осанку, научат основам этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дадут представление об актерском мастерстве. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. На занятиях разучиваются различные движения под музыку. Дети учатся ускорять и замедлять движения, непринужденно двигаться в

соответствии с музыкальными образами, разнообразным характером, динамикой музыки. В процессе систематических занятий у ребят развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям постепенно приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, на занятиях по хореографии дети научатся чувствовать себя более раскрепощенными, смогут развивать индивидуальные качества личности, воспитать в себе трудолюбие и терпение.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

**Цели 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 программы:**

1. **обучающая** – обучение детей владеть своим телом, культуре движения, основам классического, народного и детского – бального танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
2. **развивающая** – развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;
3. **воспитывающая** – воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умения работать в коллективе и в паре.

### Принципы и подходы к формированию Программы

**Принципы:**

*Принцип научности* предполагает построение занятий в соответствии с закономерностями социализации, психического и физического развития ребенка.

*Принцип систематичности* обуславливает необходимость последовательности, преемственности и регулярности при формировании у детей знаний, двигательных умений, навыков, адекватных особенностям их развития в период дошкольного возраста.

*Принцип постепенности* определяет необходимость построения занятий в соответствии с правилами: «от известного к неизвестному», «от простого к сложному», «от менее привлекательного к более привлекательному». Постепенность обеспечивается усложнением изучаемых движений, ступенчатым и волнообразным изменениям нагрузок, рациональным чередованием нагрузки и отдыха.

*Принцип индивидуальности* предполагает такое построение процесса занятий и использование его средств, методов и организационных форм, при которых осуществляется индивидуальный подход к детям разного возраста, пола, двигательной подготовки и физического развития, где создаются условия для наибольшего развития двигательных способностей и укрепления здоровья занимающихся.

При индивидуальном подходе обязательно учитываются физиологическая и психологическая стороны развития ребенка.

*Принцип доступности* реализуется через требование соответствия задач, средств и методов возможностям детей, их готовности к выполнению нагрузки, зависящей от уровня развития физической подготовленности и интеллекта.

*Принцип учета возрастного развития движений.* Этот принцип предусматривает степень развития основных танцевальных движений у ребенка, его двигательных навыков. Все упражнения подбираются в соответствии с возрастными особенностями ребенка.

*Принцип чередования нагрузки* или принцип рассеянной физической нагрузки важен для предупреждения утомления у детей и для оздоровительного эффекта от выполнения упражнений.

*Принцип наглядности* является одним из главных общеметодических принципов при работе с детьми дошкольного возраста. Наглядность играет важную роль в обучении движениям, неотъемлемым условием совершенствования двигательной деятельности.

*Принцип сознательности и активности* предполагает формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых движений, привитие навыков самоконтроля и само коррекции действий в процессе занятий, развитие сознательности, инициативы и творчества.

#### **Подходы:**

В основе содержания ООП ДО лежат следующие *подходы в развитии ребёнка*:

- *культурно-исторический* (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, Д. Б. Эльконин и др.);
- *деятельностный* (А. В. Запорожец, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн и др.);
- *комплексный*;
- *личностный* (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, В. В. Давыдов, А. Н. Леонтьев, В. А. Петровский и др.).

#### **Значимые для разработки и реализации Программы характеристики**

Программа рассчитана на 4 года обучения дошкольников (детей 3-7 лет):

- Младший дошкольный возраст (3-4 года. 1-й год обучения);
- Средний дошкольный возраст (4-5 лет. 2-й год обучения)
- Старший дошкольный возраст (5-6 лет. 3-й год обучения);
- Подготовительная к школе группа (6-7 лет. 4-й год обучения).

В каждой возрастной группе занятия проводятся с сентября по май включительно.

Основная форма работы – обучающие и развивающие занятия в группах и подгруппах, а также индивидуальные занятия.

Число занимающихся детей в каждой группе (подгруппе) в среднем – 15 человек.

Дополнительная форма работы – консультация педагога с родителями и детьми. Принимаются все желающие дети с 3-летнего возраста (без ограничений и независимо от наличия у них природных и специальных физических данных).

В соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями СанПин 2.4.1.3049-13 дополнительные занятия в детском саду рекомендуется проводить:

- Для детей 7-го года жизни – не более 3 раз в неделю продолжительностью 30 минут каждое.

Этапность в обучении является «ступенчатой» формой организации учебно-воспитательного процесса и отвечает дидактическому принципу доступности

#### *Возрастные особенности воспитанников*

#### **От 6 до 7 лет**

Дети этого возраста имеют достаточно разнообразный арсенал выразительных средств, легко ориентируются в пространстве. В процессе занятий хореографией формируется способность воспринимать музыкально-танцевальный материал по словесному образу (словесному описанию), повышается технический уровень исполнения танцевальных движений, создаются танцы с сюжетно-ролевой основой с активным привлечением самих детей к творческому процессу.

Музыкальным сопровождением уроков, творческих заданий и танцевальных композиций должны быть пьесы с яркими интонационными, ритмическими и темповыми характеристиками, которые способствуют раскрытию эмоционального состояния детей и отношению к музыкально-танцевальной деятельности как художественному процессу.

Четвертый год базируется на результатах предыдущих лет обучения. Занятия проводятся в основном в системе танцевальной деятельности. Обращение к бытовым и музыкальным движениям является эпизодическим с целью характеристик персонажей этюдов, танцев или как прием контраста в упражнениях.

Занятие с детьми должно строиться на сочетании различных видов музыкально-танцевальной деятельности и включает разнообразные формы ее организации (коллективные, индивидуальные, мелко-групповые).

Характерной особенностью детей является их стремление к большей самостоятельности в танцах, к точности выполнения движений, заинтересованность в исполнении. Поэтому в подготовительной группе обучение танцам имеет более целенаправленный характер, например, изучение определенного движения, необходимого в танце. Музыкальный материал и движения детей усложняются. Так, дошкольники учатся отмечать движениями форму музыкального произведения (двух - и трехчастную, вариационную), а также музыкальные предложения. Продолжается работа по обучению детей воспринимать темповые изменения (замедление, ускорение). Углубляется восприятие детьми регистровых изменений. Особое значение имеет самостоятельная деятельность и творческие проявления детей (дошкольники самостоятельно перестраиваются в большие круги и маленькие кружочки, соблюдая одинаковое расстояние, в колонки и шеренги). Работая над развитием музыкально-ритмических движений, большое внимание следует уделять выработыванию у детей умения двигаться свободно, непринужденно, легко и четко. Нужно добиваться, чтобы дети выполняли движения ритмично, выразительно, красиво, чтобы умели точно останавливаться с окончанием музыки. Детей знакомят с различными перестроениями и движениями:

- двигаться легко, изящно, выразительно, изменяя направление движения;
- двигаться в соответствии с характером разнообразных вариаций;
- четко исполнять ритмический рисунок, различные элементы народного и бального танца;
- отмечать сильные доли такта.

*Индивидуальные особенности контингента детей*

Индивидуальные особенности детей представлены в виде:

- характеристики состава групп (таблица 1);
- показателями развития контингента воспитанников на основе результатов психолого-педагогической диагностики (таблица 2).

*Таблица 2*

Возрастные группы	Образовательная область				
	Физическое развитие	Социально-коммуникативное	Познавательное развитие	Речевое развитие	Художественно-эстетическое развитие
Подгот. к школе группа №					

**Этапы реализации программы**

Этапы отличаются по целям, задачам, организации, содержанию, методике обучения, возрастному цензу, степени индивидуализации подходов и совпадают с годовыми циклами воспитательно-образовательного процесса.

### **Первый этап**

(1-й год обучения, младшая группа 3-4 лет, младший дошкольный возраст)

начальный этап познания и освоения ритмики и народного танца с элементами свободной пластики. Он заключается в освоении азов ритмики, азбуки народного танца, игровой гимнастики, образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации основных пространственных рисунков-фигур, мимического экзерсиса, общеукрепляющих упражнений, так необходимых на этом этапе развития ребенка.

### **Второй этап**

(2-й год обучения, старшая группа, 4-5 лет, старший дошкольный возраст)

базовый этап дальнейшего изучения основ народной хореографии с элементами свободной пластики, создания несложной и посильной репертуарной программы, освоение игрового этюдного материала, основ актерской выразительности, способности к музыкально-танцевальной импровизации и первичным формам концертного публичного исполнительства.

### **Третий этап**

(3-й год обучения, подготовительная группа, 5-6 лет, старший дошкольный возраст)

этап отработки и оттачивания тех хореографических навыков, знаний и умений, которые получены на первых двух этапах. Танцевальная ритмика с усложнённой координацией движений, изучение фрагментов, этюдов и танцев на основе русской национальной культуры и культуры народов мира, активное освоение новых музыкально-дидактических игр, хореографического репертуара, самостоятельный концертный показ, пластическая импровизация, специализированные индивидуальные занятия для одаренных и отстающих детей, студийно-кружковая форма занятий – далеко не полный перечень «узловых» моментов этого обучающего и развивающего этапа.

### **Четвертый этап**

(4-й год обучения, подготовительная группа, 6-7 лет, старший дошкольный возраст)

этап совершенствования полученных на третьем этапе хореографических навыков, знаний и умений. Он является подготовительной адаптационной ступенью к школе.

## **1.2. Планируемые результаты освоения Программы**

Результатами освоения программы детьми подготовительного возраста являются следующие знания, умения и навыки:

Знают о правилах личной гигиены при занятиях физическими упражнениями. Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике.

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности

педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Педагогическая диагностика проводится в ходе специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики – карты наблюдений детского развития (развития двигательных навыков и сформированности танцевальных движений), позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе.

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

1. индивидуализации обучения (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
2. оптимизации работы с группой детей.

Диагностика детского развития проводится два раза в год: до начала реализации Программы для определённой возрастной группы и после её окончания. В ходе образовательной деятельности педагог создаёт диагностические игровые ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Содержание психолого-педагогической работы

*Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленными в пяти образовательных областях.*

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

Цель: осуществление социально-коммуникативного развития воспитанников через решение следующих задач:

- развивать коммуникативные навыки в ходе выполнения танцевальных движений;
- воспитывать культуру работы в коллективе, чувство товарищества и уважения к взрослым и сверстникам.

Образовательная область «Познавательное развитие»

Цель: формирование представлений о танце, способах воздействия танцевальных движений на человеческий организм через решение следующих задач:

- формировать представления о выразительности танцевальных движений, отражающих внутренний мир человека, стремиться к совершенствованию своих движений – выразительности, легкости, стиле, грации;
- разучивать основные танцевальные позы;
- формировать и закреплять навык правильной осанки;
- ознакомить с правилами техники безопасности выполнения упражнений;
- формировать представление о своём организме и здоровом образе жизни.

Образовательная область «Речевое развитие»

Цель: развивать речь воспитанников посредством использования танцевальных движений через решение следующих задач:

- развивать двигательные навыки воспитанников в процессе выполнения танцевальных движений на координацию движений и речи;
- совершенствовать общую моторную активность детей;
- обогащать и активизировать словарный запас воспитанников.

Образовательная область «Художественно-эстетическое»



Цель: использование средств художественно-эстетического развития для воздействия на двигательную сферу ребёнка через решение следующих задач:

- развивать чувство ритма, музыкальный слух воспитанников в процессе игры;
- развивать навык выполнения комплексов общеразвивающих и музыкально-ритмических упражнений;
- изображать персонажей стихотворно-музыкального сопровождения заданий в ходе театрализованной и изобразительной детской деятельности.

#### Образовательная область «Физическое развитие»

Цели: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию);
- накопить и обогатить двигательный опыт детей (овладеть основными движениями);
- формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- формировать представления о своём организме, здоровом образе жизни;
- развивать музыкально-ритмическую деятельность на основе основных движений и физических качеств;
- развивать коммуникативные навыки в процессе занятий спортом;
- воспитывать культуру работы в коллективе, чувство товарищества и уважения к взрослым и сверстникам.

Хореография - это искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Занятие танцем не только учит понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника. 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 период от четырёх до семи лет ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период. В дошкольном возрасте внимание детей ещё неустойчиво, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, поэтому они нуждаются в частой смене движений. Для успешного достижения результатов необходимо чередовать разные виды музыкально-ритмической деятельности: использовать музыкально-ритмические игры, этюды, пальчиковую гимнастику. Они коротки, разнообразны и доступны детям по содержанию.

Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

## Содержание разделов по хореографии Возрастная группа от 6 до 7 лет

Программа состоит из 2 разделов:

*1-й раздел — «Танцевально-ритмическая гимнастика»* - включает в себя подразделы:

**«Игроритмика»** - Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. Хлопки и удары ногой на сильную долю такта двухдольного и трехдольного музыкального размера. Гимнастическое дирижирование — тактирование на музыкальный размер 4/4 и 3/4.

### **«Игрогимнастика»**

1. Строевые упражнения. Строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Крутом!» при шаге на месте, переступанием. Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении. Упражнение типа задания в ходьбе и беге по звуковому сигналу, на внимание. Размыкание колонн на вытянутые руки вперед и в стороны. Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении с одновременным поворотом в сцеплении за руки и по ориентирам.

2. Общеразвивающие упражнения.

Упражнения без предмета. Прыжки на двух ногах и одной ноге, с ноги на ногу. Общеразвивающие упражнения по типу «Зарядка». Упражнения с предметами. Основные положения и движения в упражнениях с флажками, мячами, обручами (элементы классификационных групп).

3. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Посегментное расслабление из стойки руки вверх до упора присев и положения лежа на спине. Посегментное расслабление ног из положения лежа на спине ноги вперед (в потолок). Расслабление всего тела, лежа на спине. Свободное, расслабленное раскачивание ноги, стоя боком к опоре на одной ноге и держась за нее. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях: с проговариванием, задержкой дыхания, подниманием и опусканием рук. Упражнения на осанку в образных и двигательных действиях («лодочка», «палочка» и др.), лежа на спине и на животе.

4. Акробатические упражнения. Акробатические комбинации из пройденных упражнений. Горизонтальное равновесие на одной ноге с опорой и без опоры («ворона»).

### **«Игротанцы»**

1. Хореографические упражнения. Русский поклон. "Открывание» руки в сторону и на пояс, стоя боком к опоре. Полуприседы и подъемы на носки с движением руки, стоя боком к опоре. Выставление ноги вперед, в сторону, назад — «крестом», «носок-пятка». Наклоны туловища, стоя спиной и боком к опоре. Подъемы ног и махи ногами через выставление ноги на носок. Прыжки, стоя лицом к опоре, из первой позиции ног во вторую. Перевод рук из одной позиции в другую на шаге. Соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры и вне ее.

2. Танцевальные шаги. Шаг с подскоком с различными движениями руками. Поочередное пружинное движение ногами в стойке ноги врозь. Нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в стороны. Основные движения русского танца: тройной притоп, «припадание» с поворотом, «елочка», «гармошка», «ковырялочка».

Основные движения танцев «Ча-ча-ча», «Самба», «Полонез»; комбинации из изученных шагов.

3. Ритмические и бальные танцы. «Танец с хлопками», «Тайм-степ», «Спенк», «Слоненок», «Круговая кадрили», «Полька тройками», «Полонез», «Московский рок», «Самба», «Божья коровка».

Специальные композиции и комплексы упражнений «Марш», «Упражнение с флажками», «Три поросенка», «Упражнение с мячами», «По секрету всему свету», «Упражнение с обручами», «Ванька-Встанька», «Пластилиновая ворона».

2-й раздел — «Нетрадиционные виды упражнений» - включает в себя подразделы:

**«Игропластика»** Специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

**«Пальчиковая гимнастика»** Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях по сказкам и рассказам.

**«Музыкально-подвижные игры»** «День - ночь», «Запев — припев», «Нам не страшен серый волк», «Дети и медведь», «Трансформеры», «Горелки».

Музыкально-подвижные игры на определение темпа, характера и структуры музыкальных произведений. Подвижно-образные игры по типу заданий для строевых и общеразвивающих упражнений.

**«Игры – путешествия»**- «Охотники за приключениями», «Путешествие в Играй-город», «Морские учения», «Королевство волшебных мячей», «Россия — Родина моя!», «Путешествие в Маленькую страну», «В гостях у трех поросят», «Спортивный фестиваль».

**«Креативная гимнастика»**- Музыкально - творческие игры «Займи место». Специальные задания «Повтори за мной», «Делай как я, делай лучше меня».

Описание основных позиций и танцевальных движений по хореографии представлено в приложении 1.

По структуре занятия хореографией состоят из трёх частей:

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

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

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

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

#### Тематический план.

#### Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

(занятия 2 раза в неделю)

№ п/п	Тематическое планирование.
-------	----------------------------

1.	<b>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей на начало года</b>
<b>Танцевально-ритмическая гимнастика</b>	
2.	<b>Игроритмика:</b> - специальные упражнения для согласования движений с музыкой - ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка - хлопки и удары ногой на сильную долю такта двухдольного и трехдольного музыкального размера - гимнастическое дирижирование — тактирование на музыкальный размер 4/4 и 3/4
3.	<b>Игрогимнастика:</b> <b>Строевые упражнения-</b> - строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Крутом!» при шаге на месте, переступанием - строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении - упражнение типа задания в ходьбе и беге по звуковому сигналу, на внимание - размыкание колонн на вытянутые руки вперед и в стороны - перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении с одновременным поворотом в сцеплении за руки и по ориентирам <b>Общеразвивающие упражнения-</b> - упражнения без предмета - прыжки на двух ногах и одной ноге, с ноги на ногу - общеразвивающие упражнения по типу «Зарядка» - упражнения с предметами - основные положения и движения в упражнениях с флажками, мячами, обручами (элементы классификационных групп) <b>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки -</b> - поsegmentное расслабление из стойки руки вверх до упора присев и положения лежа на спине - поsegmentное расслабление ног из положения лежа на спине ноги вперед (в потолок) - расслабление всего тела, лежа на спине - свободное, расслабленное раскачивание ноги, стоя боком к опоре на одной ноге и держась за нее - дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях: с проговариванием, задержкой дыхания, подниманием и опусканием рук - упражнения на осанку в образных и двигательных действиях («лодочка», «палочка» и др.), лежа на спине и на животе <b>Акробатические упражнения-</b> - акробатические комбинации из пройденных упражнений - горизонтальное равновесие на одной ноге с опорой и без опоры («ворона»)
4.	<b>Игротанцы:</b> 1. Хореографические упражнения. - русский поклон - "Открытие» руки в сторону и на пояс, стоя боком к опоре

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- полуприседы и подъемы на носки с движением руки, стоя боком к опоре</li> <li>- выставление ноги вперед, в сторону, назад — «крестом», «носок-пятка»</li> <li>- наклоны туловища, стоя спиной и боком к опоре</li> <li>- подъемы ног и махи ногами через выставление ноги на носок</li> <li>- прыжки, стоя лицом к опоре, из первой позиции ног во вторую</li> <li>- перевод рук из одной позиции в другую на шаге</li> <li>- соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры и вне ее</li> </ul> <p>2. Танцевальные шаги.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- шаг с подскоком с различными движениями руками</li> <li>- поочередное пружинное движение ногами в стойке ноги врозь</li> <li>- нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в стороны</li> <li>- основные движения русского танца: тройной притоп, «припадание» с поворотом, «елочка», «гармошка», «ковырялочка»</li> <li>- основные движения танцев «Ча-ча-ча», «Самба», «Полонез»; комбинации из изученных шагов</li> </ul> <p>3. Ритмические и бальные танцы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Танец с хлопками», - «Тайм-степ» -«Спенк» -«Слоненок» -«Круговая кадриль» - «Полька тройками» - «Полонез»</li> <li>- «Московский рок» - «Самба» - «Божья коровка»</li> </ul> <p>4. Танцевально-ритмическая гимнастика</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Марш», «Упражнение с флажками», «Три поросенка», «Упражнение с мячами», «По секрету всему свету», «Упражнение с обручами», «Ванька-Встанька», «Пластилиновая ворона».</li> </ul>
<b>Нетрадиционные виды упражнений</b>	
<b>5.</b>	<b>Игропластика:</b> Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений
<b>6.</b>	<b>Пальчиковая гимнастика:</b> Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях по сказкам и рассказам
<b>7.</b>	<b>Музыкально-подвижные игры:</b> «День - ночь», «Запев — припев», «Нам не страшен серый волк», «Дети и медведь», «Трансформеры», «Горелки». Музыкально-подвижные игры на определение темпа, характера и структуры музыкальных произведений. Подвижно-образные игры по типу заданий для строевых и общеразвивающих упражнений
<b>8.</b>	<b>Игры-путешествия:</b> «Охотники за приключениями», «Путешествие в Играй-город», «Морские учения», «Королевство волшебных мячей», «Россия — Родина моя!», «Путешествие в Маленькую страну», «В гостях у трех поросят», «Спортивный фестиваль»

9.	<b>Креативная гимнастика:</b> Музыкально - творческие игры «Займи место». Специальные задания «Повтори за мной», «Делай как я, делай лучше меня».
10.	<b>Подготовка к итоговому контрольному занятию</b>
11.	<b>Итоговое контрольное занятие</b>
12.	<b>Диагностика уровня музыкально-двигательных способностей детей дошкольного возраста</b>

Перспективно-тематическое планирование  
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА (6-7 лет) (занятия 2 раза в неделю)

**Сентябрь**

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики») приставные шаги в сторону шаг с подскоком Игроритмика хлопки в такт музыки	Построение врассыпную Танцевальные шаги шаг с носка, на носках Общеразвивающие упражнения без предмета: основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку основные движения туловищем и головой	Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе
2-я неделя	Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра) Игроритмика ходьба сидя на стуле хлопки в такт музыки	Общеразвивающие упражнения с воздушными шарами Танцевальные шаги Комбинации из танцевальных шагов	Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре. Релаксация «Спокойный сон»
3-я неделя	Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг приставные шаги в сторону шаг с подскоком	Общеразвивающие упражнения без предмета. Повторить занятия 1~4. Полуприсед; упоры: присев, лежа на согнутых руках, стоя на коленях; положение лежа. Акробатические упражнения. Группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках. Танцевальные шаги. Повторить занятия 1—2.	Имитационно – образные упражнения на осанку «столбик» «палочка»

4-я неделя	<p><b>Сюжетное занятие «Осенняя прогулка»</b>  Ритмический танец «Осенний марафон»  Общеразвивающие упражнения с осенними листьями  Танцевальная композиция «Осенние принцессы»  Танцевальная композиция «Дождя не боимся»  Музыкально – подвижная игра «Солнышко и дождик»  Игра «Подуй на осенний листочек»</p>
---------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Октябрь

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	<p>Строевые упражнения:  построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики») приставные шаги в сторону шаг с подскоком  Игроритмика  хлопки в такт музыки</p>	<p>Построение в рассыпную  Танцевальные шаги шаг с носка, на носках  Общеразвивающие упражнения без предмета: основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку основные движения туловищем и головой</p>	<p>Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднятие рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе</p>
2-я неделя	<p>Строевые упражнения:  построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра)  Игроритмика  ходьба сидя на стуле  хлопки в такт музыки</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с воздушными шарами  Танцевальные шаги  Комбинации из танцевальных шагов</p>	<p>Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.  Релаксация «Спокойный сон»</p>
3-я неделя	<p>Строевые упражнения:  построение в шеренгу, в круг приставные шаги в сторону шаг с подскоком</p>	<p>Общеразвивающие упражнения с предметами.  Повторить занятия 11-12.  Ритмический танец «Кузнечик».  Акробатические упражнения.</p>	<p>Имитационно – образные упражнения на осанку «столбик» «палочка»</p>
4-я неделя	<p><b>Сюжетное занятие «Пограничник»</b></p>		

## Ноябрь

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Музыкально – подвижная игра по ритмике Построение врассыпную. Под музыку марша все маршируют в любом направлении	Ритмический танец. «Если весело живется ...» Акробатические упражнения Комбинация в образно – игровых действиях группировка лежа на спине («качалочка») перекатом вперед сед на ноги врозь («буратино») лечь на спину, руки вверх («бровнышко») – перекаты вправо, (влево)	Имитационно – образные упражнения в расслаблении Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего»
2-я неделя	Строевые упражнения. Построение врассыпную. Игроритмика. Повторить уроки 15—16, но в положении стоя. Акробатические упражнения. Комбинация в образно-двигательных действиях. Группировка лежа на спине («качалочка»); перекатом вперед сед на ноги врозь («Буратино»), лечь на спину, руки вверх («бровнышко») — перекаты вправо (влево).	Танцевальные шаги шаг с носка, на носках Ритмический танец «Кузнечик»	Пальчиковая гимнастика Выполнение фигурок из пальчиков круг очки домик
3-я неделя	Музыкально – подвижная игра по ритмике Под музыку марша все маршируют в любом направлении, под звуки польки все прыгают. Побеждают те, кто не ошибется в задании.	Общеразвивающие упражнения на стуле Ритмический танец: «Цветы для мамы»	Имитационно – образные упражнения на дыхание «Насос» «Шарик красный надуваем» «Плаваем»
4-я неделя	Сюжетное занятие «Путешествие в Спортландию»		



## Декабрь

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Игроритмика. Повторить занятия 23—24.	Подвижная игра «Перемена мест» Ритмический танец. «Лавота» Построение в круг. «Галоп шестерками» на приставном шаге.	Пальчиковая гимнастика Выполнение фигурок из пальчиков бинокль лодочка цепочка
2-я неделя	Строевые упражнения: Построение в круг Игроритмика Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет	Танцевальные шаги Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком Танцевально – ритмическая гимнастика «Снежинки» Ритмический танец: «Танец сидя»	Креативная гимнастика «Море волнуется»
3-я неделя	Строевые упражнения. Построение в круг Игроритмика. Повторить уроки 23—24 и 27—28.	Общеразвивающие упражнения с гантелями Ритмический танец. «Все спортом занимаются» Танцевальные шаги. Повторить урок 27-28.	Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки: имитационно – образные упражнения «вороны»
4-я неделя	<b>Сюжетное занятие «Маугли»»</b> Ходьба, бег, прыжки, поскоки между кочками Танцевальная композиция с лентами (лианами) Музыкально – подвижная игра «Тигр и обезьянки»»		

## Январь

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Строевые упражнения: Построение в шеренгу и колонну по распоряжению Игроритмика Различие динамики звука	Ритмический танец. «Рок-н-ролл» Танцевальные шаги. Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком.	Дыхательные упражнения «Насос» «Волны шипят» «Ныряние» «Подуем»

2-я неделя	Строевые упражнения: Перестроение из одной шеренги в несколько до ориентира Игроритмика Бег по кругу и ориентирам («змейкой»)	Акробатика Комбинации акробатических упражнений в образно – двигательных действиях: «Ванька – встанька» «Мальвина – балерина» «солдатик» Танцевально – ритмическая гимнастика «Хоровод»	Акробатика Комбинации акробатических упражнений в образно – двигательных действиях: «ласточка» «березка»
3-я неделя	Строевые упражнения: Построение в рассыпную Игроритмика Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения наклона, приседа, маха и т.д.)	Хореографические упражнения танцевальные позиции рук полуприседы подъемы на носки Ритмический танец. «Мы пойдем сначала вправо»	Релаксация «На облаке»
4-я неделя	<b>Сюжетное занятие «Цветик – семицветик»»</b> Сказочный лес: переход через речку по болоту в пещере переплывите через озеро Сказочная зарядка Ритмический танец «Цветик - семицветик» Музыкально – подвижная игра «Три желания»		

## Февраль

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Акцентированная ходьба с махом руками, сгибание пальцев рук в кулак и разгибание Перестроение из одной шеренги в несколько по сигналу педагога. Строевые упражнения. Построение в круг.	Ритмический танец. «Каравай»	Игропластика. Специальные упражнения на развитие силы мышц «змея» «ежик»
2-я неделя	Строевые упражнения: «Солдатики» Игроритмика Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом под сильную долю такта	Ритмический танец. «Цветные ленточки» Ритмический танец «Танец утят» Акробатика. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях: «Ванька-Встанька» — из положения седа в группировке перекаты назад—вперед; «солдатик» — стойка на одной ноге, держась за опору	Пальчиковая гимнастика «Дружат наши пальчики»

3-я неделя	<b>Сюжетное занятие «Искатели клада»</b> Упражнения с флажками «Сигнальщики» Полоса препятствий Ритмический танец «Галоп шестерками» Музыкально – подвижная игра «На корабле»		
4-я неделя	Строевые упражнения: передвижение по кругу шагом и бегом Бег по кругу и по ориентирам Игроритмика Удары ногой на каждый счет и через счет	Танцевальные шаги. Сочетание приставных и скрестных шагов в сторону Общеразвивающие упражнения с мягкими игрушками Ритмический танец. «Веселые игрушки»	Креативная гимнастика Специальные игровые задания «Магазин игрушек»

### Март

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Строевые упражнения: построение в шеренгу повороты переступанием, по распоряжению в образно – двигательных действиях «Лыжники» Хореографические упражнения поклон для мальчиков реверанс для девочек	Танцевально – ритмическая гимнастика «Часики» Ритмический танец. Полька «Добрый жук» Ритмический танец «Танец утят»	Игропластика Упражнения для развития гибкости «волшебник» «змея» «котенок» «по-турецки»
2-я неделя	<b>Сюжетное занятие «Мамин день»</b> Танцевально – ритмическая гимнастика «Букет для мамы» Ритмический танец «Сюрприз» Пластические этюды «Фигуры»		
3-я неделя	Игра «Поезд» Игроритмика. На воспроизведение динамики звука. Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.	Общеразвивающие упражнения с обручами. Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка» Ритмический танец «Зарядка - Латина»	Игропластика. Круговые движения кистями и пальцами рук «оса» «вертолет»

4-я неделя	Строевые упражнения: Построение врассыпную Общеразвивающие упражнения без предмета. Сочетание упоров с движениями ногами (упор присев, упор сидя, упор стоя на коленях, упор лежа)	Акробатические упражнения. группировка в положении сидя, лежа перекаты вперед, назад перекаты вправо, влево Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика» Ритмический танец «Макарена»	Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Контрастные движения руками на напряжение и расслабление
---------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Апрель

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг.	Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика» Танцевальные шаги прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад Ритмический танец. «Шуточный рок-н-ролл»	Игропластика. Упражнения для развитие мышечной силы в заданиях.
2-я неделя	Музыкально – подвижная игра «Замри-отомри» Игроритмика ходьба на каждый счет и через счет с хлопками построение по ориентирам	Танцевальные шаги Переменный и русский хороводный шаги Общеразвивающие упражнения с гантелями Ритмический танец «Бабка-Ежка»	Креативная гимнастика. Специальные игроздания «Художественная галерея
3-я неделя	Танцевальные шаги: шаг галопа вперед и в сторону Музыкально – подвижная игра «К своим флажкам»	Танцевально – ритмическая гимнастика «С платочком» Ритмический танец «Кремена»	Упражнения на расслабление мышц «медузы» «звездочка»
4-я неделя	Строевые упражнения: перестроение в две колонны в два круга	Акробатические упражнения. Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук Танцевально – ритмическая гимнастика «Приходи сказка» Ритмический танец «Русский хоровод»	Игропластика. Специальные упражнения на развитие мышечной силы «укрепи животик» «укрепи спинку»

## Май

Недели	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	<p>Сюжетное занятие «День Победы»</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Военный парад</li> <li>Танцевально – ритмическая гимнастика «Сигнальщики»</li> <li>Игры-эстафеты</li> <li>Танцевально – ритмическая гимнастика «Синий платочек»</li> </ol>		
2-я неделя	<p>Строевые упражнения: Игроритмика. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно</p>	<p>Акробатические упражнения «ежик» «кузнечик» «колобок» «ласточка» Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками Ритмический танец: «Полька»</p>	<p>Креативная гимнастика «Ай, да я!» Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения</p>
3-я неделя	<p><b>Сюжетное занятие «В мире музыки и танца»</b></p> <p>Ритмический танец «Веселая разминка» Танцевально – ритмическая композиция «Олимпиада» Ритмический танец «Карнавал», «Дружба» Музыкально – подвижная игра «Затейники» Креативная гимнастика «Делай как я, делай лучше меня»</p>		
4-я неделя	<p>Креативная гимнастика. Специальные задания «Танцевальный вечер»</p>	<p>Танцевальные шаги. Комбинации на изученных танцевальных шагах Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка» Бальный танец «Падеграс» Музыкально – подвижная игра «Музыкальные змейки»</p>	<p>Игропластика Упражнения для развития гибкости «бабочка» «звездочка» «рыбка» «лягушка»</p>

## 2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы *Особенности образовательной деятельности*

Занятия хореографией начинаются со средней группы. Основные формы работы – совместная деятельность, игра, развлечения, образовательная деятельность в ходе режимных моментов.

Продолжительность работы не должна превышать в подготовительной к школе группе – 30 мин.

### ***Методические приемы***

Педагог для каждого танца выбирает наиболее эффективный путь объяснения, обучения. Интересные методические приемы вызывают у детей желание танцевать.

**Метод показа.** Показывая детям движения, педагог дает им возможность увидеть художественное воплощение образа. Иногда, в основном в начале работы, специалист может выполнять вместе с детьми. Это увлекает детей и усиливает желание поскорее овладеть определенными двигательными навыками.

**Словесный метод.** Разговорная речь является связующим звеном между движениями и музыкой. Словесные объяснения должны быть краткими, точными, образными и конкретными. Так же необходимо обращать внимание на интонацию и на то, с какой силой сказано слово.

**Импровизационный метод.** При обучении танцам следует постепенно подводить детей к свободному, непринужденному движению, такому, как подсказывает музыка. При использовании этого метода не надо никакого предварительного прослушивания музыки. Дети должны попытаться сами найти нужные движения. Также не рекомендуется подсказывать им вид движения и отмечать успевающих. Но при этом надо внимательно наблюдать за тем, чтобы дети не придумывали движения, которые не связаны с музыкой.

**Метод иллюстративной наглядности.** Полноценная деятельность не может проходить без рассказа о танцах, их истории и многообразии, без знакомства репродукций, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеофильмами.

**Игровой метод.** Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такие игрушки, которые помогают в обучении. Игрушки (атрибуты) украшают танец и оказывают большое влияние на его исполнение. Увлеченные игрушкой, дети перестают фиксировать свое внимание на технических особенностях танца. А игры-превращения помогут научить детей выразительному выполнению движений, разовьют их фантазию и воображение.

**Концентрический метод.** Этот метод заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций снова возвращается к пройденному, но уже может предложить усложненный вариант.

### ***Способы и направления поддержки детской инициативы в освоении Программы***

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям.

Указанные требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

- 1) гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
- 2) обеспечивает эмоциональное благополучие детей;
- 3) способствует профессиональному развитию педагогических работников;
- 4) создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования;

5) обеспечивает открытость дошкольного образования;

6) создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

Для воспитанников *подготовительной к школе группы (6-7 лет)* приоритетной сферой инициативы является научение. Педагог осуществляет следующую деятельность по поддержке детской инициативы:

- вводит адекватную оценку результата деятельности ребёнка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта;
- спокойно реагирует на неуспех ребёнка и предлагает несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей и т.п.; рассказывает детям о трудностях, которые педагог сам испытал новому;
- создаёт условия (ситуации), позволяющие ребёнку реализовать свою компетентность, обретая уважение и одобрение со стороны взрослых и сверстников;
- обращается к воспитанникам с просьбой научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого из них;
- создаёт условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
- помогает при необходимости в решении проблем при организации игры;
- привлекает к планированию деятельности детского коллектива на день и более отдалённую перспективу, учитывая и реализуя их пожелания и предложения;
- создаёт условия для самостоятельной творческой и познавательной деятельности детей по интересам.

#### ***Особенности взаимодействия педагога с семьями воспитанников***

В современных условиях дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьёй, то есть имеющим возможность оказывать на неё определенное влияние.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие принципы:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагогов.

#### **Задачи:**

- 1) формирование психолого- педагогических знаний родителей;
- 2) приобщение родителей к участию в жизни ДООУ;
- 3) оказание помощи семьям воспитанников в развитии, воспитании и обучении детей;
- 4) изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.

#### **Система взаимодействия с родителями включает:**

- ознакомление родителей с результатами работы ДООУ на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДООУ;
- ознакомление родителей с содержанием работы ДООУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;

- участие в составлении планов: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы родительского комитета
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях

### ***Требования и методические рекомендации к проведению обучения упражнениям***

Детям рекомендуется посещать занятия в единой танцевальной форме. Для девочек она белого цвета: балетки, юбочки для девочек, купальники, для мальчиков – белые футболки, носки, чёрные шорты.

1. Одним из неперемных условий воспитаний танцора является развитие у него музыкально-ритмических навыков, которое начинается уже с первого урока при входе в хореографический зал с ходьбы под музыку марша. Музыкальный размер 4/4 является самым легко воспринимаемым для ребят. Поэтому урок танца рекомендуется проводить с маршевого шага. Мелодии для урока танца необходимо выбирать предельно ясные, с ярко выраженной сильной долей, внятными и запоминающимися.

2. Наиболее сложными для дошкольников являются с изучением рисунков танца. Поэтому для достижения желаемого результата педагогу рекомендуется самому разводить взявшихся за руки детей на определённый рисунок.

3. Для удержания внимания и наилучшего запоминания детьми рекомендуется повторять и проходить новый материал, используя форму диалога с последующим повторением ответов детей. Часть заданий доносить через создание и воплощение образов, понятных маленьким детям. Исполнение образных заданий сопровождать музыкальным и иллюстративным материалом.

4. Использовать на занятиях пластические игры- задания с использованием атрибутов, элементов костюмированных персонажей, знакомых детям и вызывающих у них положительные эмоции.

5. Включать в содержание учебных занятий задания с элементами импровизации.

### ***Описание основных позиций и танцевальных движений по хореографии***

#### **Исходные позиции ног**

**Основная стойка** – пятки вместе, носки врозь. Для детей старшего возраста носки ног максимально развернуты в стороны (в хореографии – 1-я позиция), для младшего возраста – под углом 45° («домиком»).

**«Узкая дорожка»** - пятки и носки вместе, ступни ног параллельны (для всех возрастных групп) в хореографии – 6-я позиция.

**«Широкая дорожка»** - ступни ног – на ширине плеч, параллельны.

**Сесть на колени** – низко опустившись, сесть на оба колена. Колени крепко прижаты к полу.

#### **• Для старшего возраста:**

**2-я позиция** – ноги на ширине плеч, только носки ног максимально развернуты в стороны.

**3-я позиция** – опорная нога ставится под углом 45°, пятка неопорной ноги приставляется спереди к середине ступни опорной ноги, тоже под углом 45°.

**4-я позиция** – опорная нога ставится так же, как в 3-й позиции. Неопорная нога выставляется вперед на длину небольшого шага под углом 45°.

Находясь в любой из вышеописанных позиций, ноги следует держать прямыми, ягодичные мышцы напряженными, спину прямой, живот подтянутым, тяжесть тела равномерно распределить на обе стопы, опираясь на пальцы. Полной выворотности стопы в позициях от дошкольников требовать не надо. Достаточно, если носки ног будут развернуты под прямым углом.



### **Исходные позиции рук**

**Внизу** – руки опущены вдоль тела.

**Впереди** – руки вытянуты на уровне груди (параллельно полу).

**Вверху** – руки максимально подняты вверх над головой. В младшем возрасте высота рук произвольная.

**В стороны** – плечи и руки составляют одну прямую линию.

Руки могут быть **открытыми** – ладони вверх («к солнышку»).

Руки могут быть **закрытыми** – ладони вниз (смотрят в пол).

«**Поясок**» - ладони на талии, большие пальцы – сзади, остальные – впереди. Плечи и локти слегка отведены назад.

«**Кулачки на бочок**» - пальцы рук слегка сжаты в кулачки, которые ставятся на талию тыльной стороной внутрь.

«**Полочка**» - руки согнуты в локтях, сложены перед грудью. На левой руке лежит правая (кисть правой руки лежит на локте левой и наоборот).

«**Матрешка**» - руки (полочкой), указательный палец правой (левой) руки делает «ямочку» на одноименной щеке. Левая (правая) ладонь поддерживает локоть другой руки и чуть отведена вперед (на весу).

«**Юбочка**» - большим, указательным и средним пальцами (щепотью) обеих рук взять края юбочки и развести руки в стороны – вверх.

«**Фартучек**» - щепотью прихватить с обеих сторон перед юбочки и приподнять вверх.

**За спиной** – руки соединены за спиной чуть ниже талии. Ладонь левой руки тыльной стороной лежит в правой ладони. Пальцы слегка сжаты, плечи и локти сведены назад.

### **Позиции рук в парах**

#### **• Дети стоят рядом (смотрят в одну сторону):**

«**Стрелка**» - руки соединены в позиции «Вперед» от величины угла меняется название «стрелки»: узкая, широкая.

«**Воротики**» - руки соединены в позиции «Вверх». Ладонь девочки подкладывается снизу под ладонь закрытой руки мальчика.

«**Плетень**» - руки соединены крест-накрест.

«**Бантик**» - то же, но локти округлены и приподняты вперед - вверх, руки не напряжены.

«**Саночки**» - мальчик стоит перед девочкой к ней спиной и подает ей обе руки назад. Девочка стоит лицом к спине мальчика и берет его за руки.

#### **• Дети стоят, соединив одноименные плечи (смотрят в разные стороны):**

«**Бараночка**» - одноименные руки соединены накрест в локтевых сгибах, кисть сжата в кулачок. Свободные руки в любой из перечисленных позиций.

«**Вертушка**» - одноименные руки соединены в позиции «Вверх».

Кружиться вертушкой – соединив руки в позиции «Вертушка», двигаться как бы догоняя друг друга на месте.

«**Звездочка**» (трое и больше детей) – стоят друг за другом, соединив одноименные руки в позиции «Вверх».

Кружиться звездочкой – соединив руки в позиции «Звездочка», двигаться как бы догоняя друг друга на месте.

«**Двойной пояссок**» - если дети стоят друг к другу левыми плечами, то левыми же руками обхватывают партнера за талию спереди и наоборот.

Можно менять плечи на каждую музыкальную фразу.

#### **• Дети стоят лицом друг к другу:**

«**Лодочка**» - руки соединены в позиции «В стороны». Они раскрыты на уровне груди.

«**Воротики**» (узкие) – руки соединены вверху, (широкие) – в стороны - вверх.

## **Движения рук**

«**Ветерок**» - плавные перекрестные движения рук над головой. В работе участвуют плечо, предплечье, кисть.

«**Ленточки**» - поочередные плавные движения правой и левой рук вверх-вниз перед собой.

«**Крылья**» - плавные маховые движения руками, разведенными в стороны. Следует помнить, что при подъеме рук кисти опущены, а при опускании рук-«крыльев» локти слегка согнуты, кисти выразительно подняты вверх.

«**Поющие руки**» - из положения «В стороны» мягким движением кисти направляются навстречу друг другу, словно собирая перед собой упругий воздух. Так же пластично руки разводятся в стороны. Корпус помогает выразительности движения, слегка наклоняясь вперед и затем чуть прогибаясь назад.

«**Моторчик**» - руки согнуты в локтях перед грудью, ладони крутятся одна вокруг другой. Быстро или медленно.

## **Хлопки**

«**Ладушки**» - хлопки ладонями впереди или сзади (за спиной выполняются свободными, не напряженными, согнутыми в локтях руками,двигающимися навстречу друг другу.

«**Блинчики**» - на «раз» - удар правой ладонью по левой, на «два» - наоборот (кисти расслаблены, стаккато), с поворотом кисти.

Хлопки могут быть громкими или тихими, в зависимости от динамики музыкального образа.

«**Тарелочки**» - младший возраст – «отряхни ладошки», старший возраст – ладони обеих рук имитируют скользящие движения оркестровых тарелок: правая рука с размаху двигается сверху вниз, левая рука – снизу вверх.

«**Бубен**» - левая ладонь опорная (как бы крышка бубна, пальцы правой руки ударяют по ней. Опорную руку менять. Удар сильный.

«**Колокола**» - активные хлопки над головой. Движение яркое, с большим размахом слегка согнутых в локтях ненапряженных рук. Для этого движения необходима полная свобода верхнего плечевого пояса.

«**Колокольчики**» - мелкие хлопки прямыми пальцами одной руки о ладонь другой. Удары легкие, негромкие. Руки могут быть согнуты в локтях, выпрямлены или подняты в сторону-вверх (вправо или влево). Возможны варианты «колокольчиков», звучащих около правого уха или около левого.

«**Ловим комариков**» - легкие, звонкие хлопки прямыми ладошками справа, слева от корпуса, сверху и снизу согнутыми в локтях руками.

## **Хлопки в парах:**

«**Стенка**» - ладони согнутых в локтях (впереди) рук идут навстречу рукам партнера. Хлопок выполняется на середине расстояния между детьми.

«**Большой бубен**» - поочередно один из партнеров держит открытыми ладони согнутых в локтях или вытянутых вперед рук, а другой ударяет по ним своими ладонями.

«**Крестики**» - техника выполнения та же, что и в «Бубне», только руки партнеров двигаются накрест (правая с правой и наоборот).

## **Виды шага**

**Спокойная ходьба (прогулка)** – шаг начинается с носка вытянутой правой (левой) ноги, носок развернут в сторону. Амплитуда и длина шага небольшая. Движение рук произвольное (могут быть в любой позиции).

**Шаг на всей ступне (топающий)** – выполняется с очень небольшим продвижением вперед: колени чуть согнуты, корпус прямой, ноги ставятся на всю ступню с легким притопом, от пола их почти не поднимают, но и не шаркают. Ребенок движется как бы «на колесиках» руки можно поставить кулачками на пояс.

**Хороводный шаг** – этот вид шага используется в хороводах. Отличается от простого шага большой плавностью и устремленностью. Устремленный характер придают движению хорошая осанка, приподнятая голова. Движение связано с музыкой неторопливого, спокойного содержания.

**Приставной хороводный шаг** (без смены опорной ноги) – на «раз» - небольшой шаг с носка правой (левой) ноги, на «два» - носок другой ноги приставляется к пятке опорной и т. д.

**Приставной хороводный шаг** (с поочередной сменой опорной ноги) – ритмический рисунок шага: 2 восьмые, четверть. На «раз»- длинный шаг с носка правой (левой) ноги, и на «и» - приставление левого (правого) носка к пятке опорной ноги. На «два» - шаг на месте с правой (левой) ноги. На следующий такт движение с другой ноги.

**Шаг кадрили** – на «раз» - шаг правой (левой) ногой, на «два» - легкий скользящий удар каблуком другой ноги рядом с опорной. Неопорная нога после удара каблуком вытягивается вперед, начиная следующий шаг. Этот шаг можно выполнять с легким полуприседанием на счет «два».

**Высокий шаг** – нога не выносится вперед, а сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90°. носок максимально оттянут вниз или ступня параллельна полу («утюжком»). Это шаг на месте или с продвижением вперед (в образе петушка, лошадки).

**Шаг с притопом на месте** – на «раз» делают шаг на месте левой ногой рядом с правой; на «два» - притоп правой ногой впереди левой, без переноса на нее тяжести тела. Затем на «раз» - шаг на месте правой, ставя ее рядом с левой; на «два» - притоп левой впереди правой; все повторяется сначала. Акцент постоянно падает на притоп (на «два»).

**Переменный шаг** – выполняется на 2 такта в двухдольном размере или 1 такт в четырехдольном. В основе шага – хороводный шаг. На «раз» и «два» 1-го такта – длинные поочередные шаги с носка правой (левой) ноги. На «раз» и «два» 2-го такта – три коротких поочередных шага с носка другой ноги. На «и» пауза. Следующий шаг начинается с носка левой ноги.

**Боковой приставной шаг** – на «раз» - вправо (влево), на «два» - левая (правая) нога приставляется к опорной. Носки ног вместе или врозь, в зависимости от исходного положения («узкая дорожка» или основная стойка).

**Боковое припадание** – на «раз» - боковой шаг с носка правой (левой) ноги, колено сгибается (как бы маленькое приседание). На «два» - носок другой ноги приставляется к пятке опорной сзади, одновременно колено правой (левой) ноги выпрямляется. Элемент «припадания» можно выполнять и на месте в «точке» или с поворотом вокруг своей оси («часики»).

#### • Шаг на носках:

**Пружинящий шаг** – это «пружинка» с продвижением на всей ступне.

**Крадущийся шаг** – это «пружинка» с продвижением на подушечках и низких полупальцах (образ куклы, балерины и т. д.). движение выполняется только в подготовительной группе.

**Боковой шаг («крестик»)** – на «раз» - шаг в сторону с правой (левой) ноги. На «два» - перед ней накрест ставится левая (правая) нога.

**Шаг окрестный вперед-назад («косичка»)** – хороводный шаг, только ноги ставятся не под углом 45° вправо или влево а накрест перед правой или левой. При движении этим шагом назад левая нога ставится сзади правой и наоборот.

**Семенящий шаг («плавающий»)** – плавный хороводный шаг с продвижением вперед (назад) на носках. При его выполнении сгибаются только подъемы ног. Исполняется в старшем возрасте.

#### Прыжки

##### • На одной ноге:

«Точка» - исходное положение ног – основная стойка, руки в любой позиции. После толчка, приземлиться в ту же точку, ставя ногу сначала на носок, затем на всю ступню. Другая нога (неопорная) согнута в колене и отведена назад. Опорную ногу менять.

«Часики» - техника та же, только прыжок выполняется с поворотом вокруг своей оси. Опорная нога равномерно (как стрелка часов) поворачивается по окружности. На 8 прыжков ребенок должен сделать полный оборот – 3600.

На «раз, два» - левым плечом вперед,

На «три, четыре» - спиной,

На «пять, шесть» - правым плечом,

На «семь, восемь» - лицом.

«Лесенка» - техника та же, что и в «точке», но продвигаясь вперед или назад на определенное количество прыжков (ступенек лесенки).

«Заборчик» - боковой прыжок вправо (на правой) или влево (на левой ноге). Сколько дощечек в заборе, столько и прыжков.

«Солнышко» - техника та же, что и в «точке», только продвигаясь по окружности любого диаметра («вокруг солнышка»).

#### • На двух ногах:

**Подскок** – поочередное подпрыгивание на правой и левой ноге.

Амплитуда прыжка зависит от характера музыки. Выполнять его можно на месте, с продвижением вперед или назад, а также с поворотом вокруг своей оси («часики»).

**Прыжки с отбрасыванием ног назад** – на «раз» - прыжок-«точка» опорной ногой, одновременно неопорная нога сгибается в колене и отбрасывается назад, пяткой кверху. Неопорная нога может удерживаться на весу или ставиться сзади на носок пяткой кверху. На «два» - смена опорной ноги.

«Веселые ножки» (прыжки с выбрасыванием ног вперед) – то правая, то левая нога поочередно часто выбрасываются вперед, как бы хвалясь перед зрителями. Носочек ноги направлен вниз, к полу. Руки – в стороны, ладони смотрят вперед внутренней стороной.

«Качалочка» - исходное положение – ноги вместе. Затем правая нога выносится чуть вперед и как бы толкает левую ногу назад, затем снова выносится вперед, а левая возвращается на место. Движение повторяется непрерывно.

«Ножницы» - на «раз» - толчок, разведение ног в стороны и приземление в позицию «Широкая дорожка». На «два» - толчок и скрещивание ног в «точке» впереди (правая ступня впереди левой и наоборот при повторении).

«Крестик» - на «раз» - толчок и скрещивание ног в «точке» (правая нога впереди), на «два» - то же самое, только впереди левая нога.

«Метелочка» - то же, что и «качалочка», только со сменой ног.

**Боковой галоп** – то же, что и боковой приставной шаг, только на прыжке.

**Галоп вперед** – техника та же, только продвижение не в сторону, а вперед. На «раз» - толчок и правая (левая) нога выносится вперед, приземляясь с носка. Носок другой ноги приставляется сзади к пятке опорной ноги. На «два» - повторение.

«Веровочка» - на «раз» - прыжок-«точка» на левой (правой) ноге, одновременно другая нога ставится сзади и скользящим движением носка по полу выносится вперед. На «два» - все повторяется с правой (левой) ноги. Этот прыжок можно выполнять как на месте, так и с продвижением вперед.

#### Танцевальные движения

Исходное положение для всех вариантов (если не оговаривается дополнительно): ноги в основной стойке, руки в любой позиции.

«Качель маленькая» - дети стоят, взявшись за руки и слегка качая ими из стороны в сторону.

«Качель большая» – то же, только сильно раскачивают руками из стороны в сторону.

**«Пружинка»** - стоя на месте, легко, часто, непрерывно приседать. Колени при этом слегка разводятся в стороны. Спина – прямая. Это движение можно выполнять из 6-й позиции ног (на «узкой дорожке»), в этом случае колени ног не разводятся.

**Притоп** – стоя на левой ноге, ритмично притоптывать правой, чуть пружиня обеими.

**«Три притопа»** (исходное положение – «Узкая дорожка») – на месте шаг правой ногой, затем левой и снова правой, чуть притопнув. Повторяется с левой ноги. Движение выполняется ритмично.

**Притоп поочередно двумя ногами** – техника та же, только на «раз, и» - притоп правой (левой) ногой, а на «два, и» - левой (правой) ногой.

**Притоп в сочетании с «точкой»** - пяткой, носком неопорной ноги рядом с опорной или на расстоянии небольшого шага впереди.

**Приседание** – техника та же, только на «раз» - приседание, на «два» - возвращение в исходное положение. Амплитуда зависит от возраста детей. Полное приседание выполняется только в подготовительной группе. При этом пятки ног отрываются от пола, а колени разводятся в стороны, спина прямая, крепкая.

**Полуприседание** – выполняется в сочетании с «точкой» - каблуком или носком правой (левой) ноги на расстоянии небольшого шага вперед.

**Полуприседание с поворотом корпуса** – сделать полуприседание, поворачивая корпус вправо (влево) на 90°. Разворачивая корпус прямо, принять исходное положение.

**«Ковырялочка»:**

**1-й вариант:** правая нога ставится назад на носок, затем выносится вперед на пятку и на месте – три притопа.

**2-й вариант:** правую (левую) ногу согнуть в колене и поставить в сторону на носок невыворотом (пяткой вверх); одновременно слегка согнуть колено левой (правой) ноги. Вытягивая прямую правую (левую) ногу, поставить ее на пятку. Сделать тройной притоп, начиная с правой (левой) ноги.

**«Распашонка»** - на «раз» полуприседание с хлопком «ладушки» согнутыми в локтях руками впереди-вверх. На «два» - выпрямиться и поставить правую (левую) ногу в «точку» впереди-справа на пятку. Одновременно вытянуть руки по диагонали: правая – в сторону-вниз, левая – в сторону-вверх. На 2-й такт то же с другой ноги.

**«Самоварчик»** - на «раз» - полуприседание и хлопок-«ладушки» согнутыми в локтях руками перед грудью. На «два» - выпрямиться, левую руку вытянуть в сторону-вверх, правой – хлопнуть по внутренней стороне голени левой ноги, согнутой в колене и поднятой вверх под углом 90°.

**«Елочка»** - исходное положение: ноги – «узкая дорожка», руки – «полочка», «поясок» и др. На «раз» - повернуть ступни ног (отрывая носки от пола) вправо под углом 45°. на «два» - то же пятки. Движение можно выполнять как на прямых ногах, так и на «пружинке». Спина прямая.

**«Большая гармошка»** - ноги вместе. На «раз» - разведение носков в стороны, на «два» - разведение пяток, на «три» - снова разведение носков и на «четыре» – разведение пяток. Затем возвращение в исходное положение в таком же порядке.

**«Топотушки»** - исходное положение – ноги вместе, чуть присев, руки сжаты в кулачки на поясе (подбоченившись). Часто поочередно топтать ногами на месте.

**«Рычажок»** - ноги на «узкой дорожке». На «раз» - правая рука сгибается в локте и рукой достает вверх, сгибаясь в коленке, поднимается первая нога. На «и» - в исходное положение.

Все на «пружинке».

**Поворот вокруг себя (кружение)** – стоя лицом к зрителям начинать движение вправо. Легко на носочках повернуться на месте вокруг себя и остановиться в исходном положении.

**«Расческа»** - дети стоят в шахматном порядке. На расстоянии друг от друга лицом в одном направлении.

**1-й вариант:** вначале вторая шеренга проходит вперед сквозь первую, останавливаясь чуть впереди. Затем первая (оказавшись позади) проходит вперед сквозь вторую, останавливаясь чуть впереди, и т. д.

**2-й вариант:** первая шеренга идет назад, одновременно вторая – движется вперед. Проходя друг через друга – шеренги меняются местами.  
«Играть платочком» - держа платок (сложенный по диагонали) за два угла перед собой на уровне груди, приподнимать поочередно то один, то другой уголок платочка.

• **Танцевальные движения для мальчиков 6-7 лет:**

«Козлик» - исходное положение – правая нога стоит перед левой, руки скрещены перед грудью. Это движение выполняется на прыжке. Прыгая на левой ноге, сильно притоптывать правой. На счет «раз» - руки по дуге раскрываются в стороны-вверх (кулачки слегка сжаты и подняты вверх), на счет «два» - возвращаются в исходное положение.

«Веселые ножки» - положение упор-присев сзади. Ноги часто, резко «выбрасываются» поочередно вперед. Возвращаясь в исходное положение, нога опирается носком об пол.

«Гусиный шаг» - исходное положение – в полуприсяде, ноги на «узкой дорожке» широко шагать в полуприсяде на «пружинке». Руками, согнутыми в локтях, махать вперед-назад. Следить за осанкой. Продолжительность движения не более 8-ми тактов.

«Волчок» - опираясь о пол ладонью правой руки, вытянув корпус и ноги влево по диагонали, двигаться «семенящим» бегом вокруг своей оси (как циркулем описывая полный круг). Левая рука – произвольно.

**Встать на колено** – опуститься на правое колено, левая нога согнута в виде стульчика. Ступня левой ноги стоит у колена правой ноги.

**Поклон**

«Русский поклон» - исходное положение ног: 4-я позиция.

Согнув правую руку в локте, коснуться пальцами правой руки левого плеча. Выпрямляя правую руку, опустить ее вниз пред собой по траектории дуги, одновременно наклоняя корпус вперед.

**Построения**

**Колонна** – дети стоят друг за другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

**Шеренга** – дети стоят рядом друг с другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

**Цепочка** – дети стоят вполборота друг за другом, держась за руки.

### III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Данный раздел содержит описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания, распорядок и/или режим дня, особенности традиционных событий, праздников, мероприятий, особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

#### 3.1. Средства обучения и воспитания

##### *Методическое обеспечение*

<b>Перечень программ и пособий</b>	Фирилёва Ж.Ё., Сайкина Е.Г. «Фитнес-Данс» - М., 2014г. Елисеева Е.И., Родионова Ю.Н. «Ритмика в детском саду». УЦ Перспектива-М., 2015г Чибисова В.В., Широкова Г.А. «Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении»- Ростов н/Д: Феникс, 2009.- 222 с. Шукшина С.Е. «Я и мое тело» -М.: Школьная пресса, 2004.-48с.
------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Барышникова Т. А. «Азбука хореографии» - М., 1999 г.  
 Баринова Е.В., «Обучаем гигиене».- М.: ТЦ Сфера, 2013.-208 с.  
 Недовесова Н.П. «Профилактика и коррекция плоскостопия у детей». – СПб.: Издательство «Детство-экспресс», 2014.-96 с.  
 Нищева Н.В. «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток.»-СПб.: «Детство-Пресс», 2015.-80 с.  
 Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников».СПб.6 «Детство-Пресс», 2010.-112 с.  
 Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» - г. Санкт – Петербург 2000 г.  
 Егоров В. Н. «Расскажи стихи руками» - М., 2008 г.  
 Заболотская М.А. «Хореография» - М.,2001 г.  
 Каплунова И.А, Новоскольцева И.Н. «Потанцуй со мной дружок» - М., 2005 г.  
 Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика - хореография в детском саду» - М., 2006 г.  
 Суворова Т.В. «Танцевальная ритмика» - М., 2006 г.

### 3.2. Развивающая предметно-пространственная среда

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	<p>Музыкальные инструменты: металлофоны, ксилофоны, бубны детские, ложки деревянные, хлопушки – тарелочки, деревянные палочки, колокольчики, треугольники, музыкальные молоточки, погремушки, бубны большие, маракасы, гармошки детские, трещотки.</p> <p>Атрибуты, оборудование: султанчики, флажки разноцветные, обручи, скакалки, ленточки, платочки, шарфики, мягкие игрушки, мячики, погремушки, шапочки-маски для театрально-игровой деятельности, ширма напольная для кукольного театра, набор кукол для театрализованных представлений, кукла в одежде</p> <p>Методический материал: портреты композиторов, картинки сюжетные, пейзажные, комплект дисков с музыкальными произведениями, картотека музыкально-подвижных игр, комплексы музыкально-ритмической гимнастики, комплексы пальчиковой гимнастики.</p>
-------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### 3.3. Традиционные события, праздники, мероприятия

Месяц	Форма участия в мероприятии	Название мероприятия
Сентябрь	Показательное выступление на празднике «Танец с лентами»	День знаний
Октябрь	Показательное выступление на празднике «Танец с колосьями»	Осень золотая
Ноябрь	Музыкальная игра «Найди себе пару»	Мама, папа, я – спортивная семья
Декабрь	Показательное выступление на празднике «Танец пружинок»	Новогодние сюрпризы
Январь	Открытое мероприятие для родителей	Весёлые танцы
Февраль	Показательное выступление на празднике «Танец Петрушек»	День здоровья

Март	Показательное выступление на празднике «Танец с зонтиками»	Мамин праздник
Апрель	Показательное выступление на празднике «Танец с ложками»	Весенняя капель
Май	Открытое мероприятие для родителей	Минута славы
	Показательное выступление на празднике	До свиданья, детский сад!