

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 26 «Солнышко» Старооскольского городского округа

Рассмотрена:  
Протокол заседания педагогического совета  
МБДОУ ДС №26 «Солнышко»  
№1 от «30» августа 2024 года

Утверждена:  
Приказом заведующего МБДОУ  
ДС №26 «Солнышко»  
от «30» августа 2024 года №475

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

### «Са-фи-дансе»

Возраст воспитанников: 3-4 лет

Срок реализации – 1 год

**Уровень программы:** ознакомительный

**Срок реализации программы:** 1 год

**Общее количество часов:** 36 часов

**Возраст учащихся:** 3-4 года

**Вид программы:** модифицированная

**Автор-составитель:** Е. П. Паршина

И. В. Зубкова

Старый Оскол

2024г

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Комплекс основных характеристик Программы.....	3
1.1.	Пояснительная записка.....	3
1.2.	Цель и задачи Программы.....	5
1.3.	Содержание Программы.....	6
1.4.	Требования к результатам обучения по хореографии.....	7
1.5.	Возрастные особенности детей 3-4лет.....	8
2.	Комплекс организационно-педагогических условий Программы.....	9
2.1.	Календарный учебный график.....	9
2.2.	Картотека танцевальных движений.....	16
2.3.	Материально-технические условия.....	22
2.4.	Список литературы.....	23

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа дополнительного образования по хореографии «Танцевальные лучики» разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей. В основу положена программа Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. «Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей». Данная программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья детей. Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и ориентирована на работу с детьми дошкольного возраста, независимо от наличия у них специальных физических данных. РП призвана воспитывать хореографическую культуру и прививать начальные навыки в искусстве танца, а также предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских балльных и народных танцев. Воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

**Хореография** – это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях хореографией дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, балльного, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Необходимо продолжать развивать у дошкольников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности. Рабочая программа предусматривает систематическое и последовательное годовое обучение и ориентирована на работу с детьми 3-4 лет, независимо от наличия у них специальных физических данных. Занятия проводятся с согласия родителей, 1 раз в неделю по 20 мин, из которых 5 мин. отводится на организованную образовательную деятельность и остальное время на совместную деятельность педагога и детей в форме музыкальных, дидактических, подвижных игр. Общее количество часов на первом году обучения составляет 36 часов. Количество детей в группе – 10-14 человек.

**Реализация Рабочей программы** начинается с 1 октября по 31 мая в соответствии с Положением о порядке оказания платных образовательных услуг в МБДОУ.

**Новизна** настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников.

Ее **отличительными особенностями** является: - активное использование игровой деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий.

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

**Педагогическая целесообразность программы** обусловлена тем, что ведущая роль в становлении личности ребенка, формировании его духовного мира принадлежит эмоциональной сфере, именно с этой особенностью психики маленького человека связана высокая сила воздействия на него искусства и поэтому художественно-эстетическое развитие детей дошкольного возраста является одним из приоритетных направлений в дошкольном образовании. Специфика искусства, особенности языка различных его видов делают художественно – эстетическую деятельность дошкольников уникальным средством воспитания, обучения и развития подрастающего поколения, в поиске новых импровизационных и игровых форм.

**Обоснованность:**

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Далее – ФЗ № 273);
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года №1726-р (Далее – Концепция);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Далее - Приказ №196);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 (Министерство образования и науки РФ).

**Адресат программы** – дошкольник 3-4 года, родители которого заинтересованы в гармоничном развитии своего ребенка. Зачисление на программу является добровольным, без разделения по гендерному принципу. Количество детей в группе – 7-12 человек.

**Уровень программы, объем и сроки.** Уровень программы – ознакомительный. Объем образовательной нагрузки: 1 занятие в неделю, длительностью не более 15 мин. (36 часов). Объем учебного времени для данной возрастной категории, согласно рекомендуемому режиму СанПиН 2.4.4.3172-14. Срок реализации программы – 1 год.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий** –1 раз в неделю по 15 мин., всего 36 часов в год, на протяжении 36 недель.

## 1.2.Цели и задачи программы

### **Цель программы:**

- создание необходимых условий для личностного развития, позитивной социализации (Концепция, гл.2), удовлетворение индивидуальных потребностей детей в художественно-эстетическом, нравственном развитии (Концепция, гл.2; Приказ №196); 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;
- формирование и развитие творческих способностей детей, выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся (Концепция, гл.2; Приказ №196), а также лиц, проявивших выдающиеся способности (Приказ №196);
- обеспечение духовно-нравственного, гражданского, патриотического воспитания детей (Концепция, гл.2; Приказ №196);
- формирование общей культуры (Приказ №196), культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья (Концепция, гл.2; Приказ №196);
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации.

### ***Задачи программы:***

- - *обучать* умению выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки;
- улучшить физическое состояние детей путем укрепления мышц тела, увеличения гибкости шеи и позвоночника, подвижности суставов;
- повысить выносливость и работоспособность детей;
- развить музыкальный слух, чувство ритма, координацию;
- научить детей владеть всеми частями тела;
- дать элементарные знания по теории танца, этике и культуре поведения в паре и в коллективе;
- научить детей технически верно и красиво исполнять отдельные движения современных танцев;
- предоставить возможность дальнейшего развития способностей воспитанников, создать фундамент для более серьезного увлечения хореографией;

- выработать стремление к самостоятельному мышлению, проявлению творческой фантазии, собственной инициативы, желание творить вместе с руководителем, а затем создавать что-то свое;
- *развивать* слуховое внимание и потребность в движении под музыку;
- умение осмысленно действовать в соответствии с музыкально-игровым образом.

*Воспитывать* интерес и любовь к музыке в процессе совместных игр, движения под музыку со сверстниками, педагогами и родителями; формировать культурные привычки, умение вести себя во время занятий: мальчикам уметь пригласить девочку на танец.

### 1.3. Содержание Программы

Программа сочетает элементы музыкально-ритмического воспитания и методику изучения основ классического, народного и современного танцев. Музыкально-ритмические занятия помогают детям понять, услышать и уловить ритм музыки и движения. Классический танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения. Народный танец является одним из средств выражения самобытности народа, его духа, характера, традиций. Современный танец раскрепощает ребенка, позволяет свободно выражать свои эмоции и настроение, тренирует координацию и тренирует все группы мышц.

Для занятий хореографией имеется просторный, с хорошей вентиляцией и освещением зал (в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами), оснащенный музыкальным центром.

*Основные формы обучения:* групповые (фронтальные).

*Основные виды и содержание занятий:* рабочее занятие – разучивание новых танцевальных элементов, постановочное занятие – постановка и разучивание танца на основе уже знакомых движений и связок, творческое занятие – выполнение творческих заданий воспитанниками.

Занятие делится на 2 части: подготовительную (разминка) и основную (непосредственно работа над танцами).

*Структура занятия:*

План рабочего занятия:

приветствие - поклон  
танцевальная разминка

разучивание новых танцевальных элементов

прощание – поклон

План постановочного занятия:

приветствие - поклон

танцевальная разминка

постановка (разучивание) танца

прощание - поклон

План творческого занятия:

приветствие - поклон

творческое занятие

свободная пластика

прощание – поклон

*Основные методы обучения:* словесные (беседа, объяснение, убеждение, поощрение); наглядные (показ, пример); практические (упражнения);

аналитические (сравнение, самоконтроль, самоанализ); результативность (знания и умения, творческое отношение, выступления на концертах и конкурсах).

#### **1.4. Требования к результатам обучения по хореографии**

*Ребенок знает:*

Основные положения и постановки рук и ног

Названия частей тела

Правила построения в шеренгу, колонну, круг

Определение линии и направления движения в танце

Правила поведения на занятиях, на сцене, в зрительном зале

Характер танцевальной музыки

Виды темпа

*Ребенок умеет:*

Ориентироваться в танцевальном зале, на сцене

Самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, в несколько кругов, в шеренги, колонны

Исполнять поклон, приглашение на танец  
Двигаться в соответствии с характером музыки  
Точно реагировать на изменения темпа  
Уметь вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой

Выполнять движения в «зеркальном отражении»  
Самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную комбинацию, обращая внимание на выразительность и техничность исполнения.

*Формы подведения итогов:* демонстрация разученных танцев на музыкальных утренниках, открытый урок.

### **1.5. Возрастные особенности детей 3-4 лет**

В возрасте 3-4 лет необходимым становится создание условий для активного экспериментирования и практики ребёнка со звуками с целью накопления первоначального музыкального опыта. Манипулирование музыкальными звуками и игра с ними (при их прослушивании, элементарном музицировании, пении, выполнения простейших танцевальных и ритмических движений) позволяют ребёнку начать в дальнейшем ориентироваться в характере музыки, её жанрах. Содержанием музыкального воспитания детей данного возраста является приобщение их к разным видам музыкальной деятельности, формирование интереса к музыке, элементарных музыкальных способностей и освоение некоторых исполнительских навыков. В этот период, прежде всего, формируется восприятие музыки, характеризующееся эмоциональной отзывчивостью на произведения. Маленький ребёнок воспринимает музыкальное произведение в целом. Постепенно он начинает слышать и вычленять выразительную интонацию, изобразительные моменты, затем дифференцирует части произведения. Исполнительская деятельность у детей данного возраста лишь начинает своё становление. Поскольку малыши обладают непроизвольным вниманием, весь процесс обучения надо организовать так, чтобы он воздействовал на чувства и интересы детей. Дети проявляют эмоциональную отзывчивость на использование игровых приёмов и доступного материала. Приобщение детей к музыке происходит и в сфере музыкально- ритмической деятельности, посредством доступных и интересных упражнений, музыкальных игр, танцев, хороводов, помогающих ребёнку лучше почувствовать и полюбить музыку.

## 2.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Месяц	План работы	Кол-во час	Форма обучения	Метод обучения	Вид занятия	Планируемые примерные результаты освоения материала
октябрь	<b>Беседа на тему:</b>					
	1 неделя: - «Что такое танец»	15 мин				1. Получение общего представления о хореографии - Ознакомление с работой детских профессиональных коллективов, просмотр танцев
	2 неделя: - линия танца	15 мин				2. Усвоение понятия линия танца - Усвоение основных направлений движения
	- направления движения	15мин	Групповое	Словесный		3. Просмотр фото и видеоинформации о классификации танцев - Усвоение отношения к танцевальным костюмам и обуви
3 неделя: - правила танцевальных костюмов, обуви					4. Усвоение правил поведения на сцене и в зрительном зале	
4 неделя: - правила поведения на сцене и в зрительном зале						
<b>Подготовка к осеннему утреннику:</b>		15 мин				<b>«Разноцветные зонтики»</b>
- разучивание танца «Подсолнушки»						- бег по кругу с зонтиками - пружинка с разворотом корпуса - прыжки на двух ногах на месте и с продвижением

1 неделя	15 мин				- выпады влево и вправо
«В гости к Зайчику»					- различные перестроения
		Словесный,	Рабочее,		
		Групповое			
2 неделя	15 мин	практически	постановочно		
		й	е		
- разучивание танца					<b>«Обиженная тучка»</b>
«Злую тучку наказали»					- ходьба с притопом
3 неделя	15 мин				- прыжки на месте
«Веселый Антошка»					- движения головой , руками в соответствии со словами песни
					- бег по кругу
4 неделя					- вращения
<b>Творческое задание.</b>					- получение общего представления о характерных движениях
		Групповое	Практически		
- показать, как танцуют животные				Творческое	животных
			й		
					- умение узнавать и эмоционально изображать животных
ноябрь	<b>Подготовка к новогоднему утреннику:</b>	Групповое		Рабочее,	- кружение в парах на месте
			Словесный,	постановочно	- стучать ножкой влево и вправо

<p>- разучивание общего танца «Супер детский сад», «Зимняя сказка»</p>			<p>практически й</p>	<p>е</p>	<p>- игра в паре в ладошки - вращение - «качели» (мальчики садятся вниз на корточки, девочки стоят, потом наоборот)</p>
<p><b>Творческое задание:</b> - показать, как танцуют куклы</p>		<p>Групповое</p>	<p>Словесный, практически й</p>	<p>Творческое</p>	<p>- получение общего представления о возможностях работы отдельных частей тела куклы - умение показать характерные движения для куклы под медленную и ритмичную музыку</p>
<p><b>Подготовка к новогоднему утреннику:</b> - разучивание танца «Конфетки»</p>		<p>Групповое</p>	<p>Словесный,</p>	<p>Рабочее, постановочно</p>	<p><b>«Конфетки»</b> - бег круг в круге (одни девочки по внутреннему кругу, другие по внешнему) - поочередное поднятие левой и правой руки с конфеткой - кружение на месте и с продвижением с различным положением рук - отведение и отведение ног вперед, назад и в стороны - пружинка с наклоном корпуса</p>

Декабрь	<p>- разучивание танца «Варежки»</p>		практически  й	е	<p><b>«Варежки»</b></p> <p>- ходьба « змейкой»</p> <p>- выставление ноги на пяточку влево и вправо с подниманием фонарика наверх</p> <p>- «виляние хвостиком»</p> <p>- «моторчик» с пружинкой</p> <p>- прыжки на двух ногах</p> <p>- сидя на корточках, качание головой</p>
	Повторение общего танца «Супер детский сад» и Зимняя сказка.	Групповое	Словесный,  практически  й	Рабочее	Повторить танец «Тик-Так, тикают часы».Отработать танцевальные элементы вызывающие затруднения.
	<p><b>Творческое задание:</b></p> <p>- показать, как танцует веселый человек</p>	Групповое	Словесный,  практически  й	Творческое	<p>- получение общего представления о веселом настроении человека , о его характерных движениях</p> <p>- умение показать под характерную музыку танец веселого человека</p>

	<p><b>Подготовка к утреннику «8 марта»</b> - разучивание общего танца «Мамочка моя»</p> <p>«Раз, ладошка, два ладошка»</p>					<p><b>«Мамочка моя»</b></p> <hr/> <p>- ходьба высоко сгибая колени, по кругу в паре, девочки держат мальчика под руку</p> <p>- девочки бегают вокруг мальчика</p> <p>- мальчики выглядывают влево и вправо, рука над глазами</p> <p>«козырек»</p>
январь	<p><b>Творческое задание:</b></p> <p>- показать, как танцует грустный человек</p>		Групповое	Словесный, практически  й	Рабочее, постановочно  е	<p>- мальчики - присядка</p> <p>- девочки — вращения на месте, руки в сторону</p> <p>- - девочки «качаются на волнах»,</p> <p>--руки на плечах друг у друга</p> <p>- получение общего представления о грустном настроении и о его характерных движениях</p> <p>- умение показать под характерную музыку танец грустного человека</p>
			Групповое	Словесный, практически	Творческое	

<b>Подготовка к утреннику 8</b>				<b>«Куклы»</b>
февраль	<b>Марта:</b>		Словесный,	Рабочее, - четкие, резкие, поочередные движения головой, плечами,
	- разучивание общего танца «Куклы»	Групповое	практически	постановочно руками, корпусом, ногами е - ходьба на прямых ногах с пятки, руки поочередно сгибаются в локте
<b>Творческое задание:</b>				- получение общего представления о балете
	- показать, как танцуют балерины	Групповое	Словесный, практически	Творческое - умение изобразить плавные движения рук и корпуса под классическую музыку
				й
<b>Подготовка к утреннику -</b>				<b>«Моя семья»</b>
март	«Моя семья»		Словесный,	Рабочее, - построение в «круг» и перестроение по периметру зала (в квадрат)
		Групповое	практически	постановочно - покачивание влево и вправо и моторчик е - марш по кругу (внутренний по часовой стрелке, внешний — против)
				й
				- бег по общему кругу с развернутым плакатом на зрителя
<b>Творческое задание:</b>		Групповое		Творческое - получение общего представления о существовании иных 14

инопланетяне под космическую  
музыку

Словесный,  
практически

				й		
апрель	<p>Подготовка к утреннику</p> <p>разучивание общего танца</p> <p>«Солнечные зайчики»</p>		Групповое	Словесный, практически й	Рабочее, постановочно е	<p>«Солнечные зайчики»</p> <hr/> <p>- ходьба «змейкой» и прохождение в «воротики» (под сцепленные и поднятые руки двух детей, образующие воротики)</p> <p>- «шаг с тремя притопами</p> <p>- вращение на месте с поднятыми руками вверх</p> <p>- «солнышко» (одни образуют круг, другие держатся одной рукой за их плечо, другая рука выпрямляется в сторону, образуя лучики солнца)</p> <p>- марш на месте с высоко поднятыми коленями, руки двигаются впер-назад, ладошками в пол</p> <p>- «полочка» с пружинкой</p>
	<p>Повторение общего танца</p> <p>«Полечка»</p>		Групповое, индивидуальное	Словесный, практически	Рабочее	<p>Повторить танец «Полечка». Отработать танцевальные элементы вызывающие затруднения.</p>

			й		
	<b>Творческое задание:</b> - показать, как танцуют люди разных профессий	Групповое	Словесный, практически й	Творческое	- получение общего представления о профессиях - умение изобразить специфические движения плотника с молотком, повара с половником, маму с ребенком, водителя с рулем и др.

## 2.1.КАРТОТЕКА ПРИМЕРНЫХ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ДВИЖЕНИЙ

### ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ (РАЗМИНКА)

#### Движения головой:

- Наклон вперед и назад
- Наклон влево и вправо
- Поворот вправо и влево
- Круговое движение влево и вправо
- Выдвигание влево и вправо
- Выдвигание вперед и назад

#### Движение плечами:

- поднимание и опускание одновременно двумя плечами
- поднимание и опускание поочередно
- отведение назад и приведение вперед одновременно двумя плечами
- отведение назад и приведение вперед поочередно
- круговое движение вперед и назад одновременно двумя плечами
- круговое движение вперед и назад поочередно

## **Движение руками:**

- поднимание и опускание прямых рук в разных направлениях
- поднимание и опускание согнутых рук в разных направлениях
- вращательные движения согнутыми в локтях руками перед собой наклоняясь вперед и назад («моторчик»)
- вращательные движения согнутыми в локтях руками перед собой поворачивая корпус влево и вправо («моторчик»)
- «ударные», пружинистые движения вниз и в сторону одновременно двумя локтями
- «ударные», пружинистые движения вниз и в сторону поочередно правым и левым локтем
- одинарные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу
- двойные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу
- тройные хлопки в ладошки перед собой, за спиной, над головой, у плеча, внизу
- одинарные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам
- двойные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам
- тройные хлопки ладошкой по плечу, бедрам, груди, голеностопам
- диагональное движение правой рукой: правая рука сначала показывает вверх вправо, потом вниз влево
- диагональное движение левой рукой: левая рука сначала показывает вверх влево, потом вниз вправо
- «горизонтальная волна» (выполняется горизонтальным волнообразным движением руки от кончиков пальцев до локтя) правой и левой рукой
- «вертикальная волна» (выполняется вертикальным волнообразным движением руки от кончиков пальцев до локтя) правой и левой рукой
- сжимание и разжимание пальцев в различных положениях рук одновременно двумя руками
- сжимание и разжимание пальцев в различных положениях рук поочередно правой и левой рукой
- сжимание и разжимание пальцев рук в различных ритмических рисунках и темпе

## **Движение корпусом:**

- наклон прямого туловища вперед и назад, влево и вправо
- наклон расслабленного, мягкого туловища, с головой вперед-назад, влево-вправо

- сдвигание вперед и назад, влево и вправо
- круговое движение: выдвигание вперед-сдвигание влево-выдвигание назад — сдвигание вправо
- «волна-2» (выполняется вертикальное волнообразное движение туловищем, начиная с головы и закачивая тазом)

### **Движение ногами:**

- одинарные притопы одной и двумя ногами
- двойные притопы одной и двумя ногами
- тройные притопы одной и двумя ногами
- приставные шаги влево и вправо, вперед и назад
- шаг марша на месте и с продвижением в различном темпе
- выставление ноги на носочек и на пяточку в разных направлениях
- поднимание и опускание прямой в колене ноги в разных направлениях
- поднимание и опускание согнутой в колене ноги в разных направлениях
- махи ногой вперед и назад, вправо и влево
- «гармошка» (простая и усложненная)
- «ковырялочка» с притопами, поворотом, прыжком, хлопком

### **Ходьба:**

- на носочках
- в полуприседе
- с притопом
- чередуясь с поворотом, с прыжком
- сочетая с хлопками, притопами, разворотом корпуса вправо и влево
- с различным положением и движением рук
- боковой и прямой скрестный шаг

### **Пространственная ориентация и построение**

- Шеренга
- Колонна
- Построения и перестроения по два и по четыре

- Фигурная маршировка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно
- Круг по одному, парами, лицом и спиной
- Принцип дробления и собирания круга.

#### **Подскоки:**

- на месте
- с продвижением вперед и назад
- влево и вправо

#### **Галоп:**

- прямой
- боковой

#### **Вращения:**

- на месте и с продвижением
- на одной ноге на месте и с продвижением
- в беге и прыжках

#### **Приседание и полуприседания:**

- на двух ногах с отведенной ногой в сторону, вперед и назад
- пружинка обычная и разворотом корпуса вправо и влево

#### **Прыжки:**

- одинарные, двойные, тройные
- на двух и одной ноге на месте
- на одной и двух ногах с продвижением вперед и назад, влево и вправо, в повороте на месте и с продвижением
- ноги вместе — ноги врозь на месте и с продвижением
- ноги вместе — ноги крест-накрест на месте и с продвижением
- выпад вперед на одну ногу, прыжком поменять ноги («лыжи»)

- двойной прыжок на месте и с продвижением — ноги врозь в полу присед
- в различных ритмических рисунках

## **МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИ УПРАЖНЕНИЯ**

- хлопки в ладошки на счет и через счет
- топание ногой на счет и через счет
- комбинации хлопков на различных ритмических рисунках
- уменьшение круга на уменьшение звука, увеличение круга на усиление звука
- поднимание и опускание рук на определенный счет
- ходьба на каждый счет и через счет
- прыжки на каждый счет и через счет
- игра в «ладушки» с партнером на определенный счет

## **ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА**

- постановка корпуса
- понятие рабочая нога и опорная нога
- положение рук
- положение и поворот головы
- приседания (plie)
- приведение и отведение ноги вперед, в сторону и назад (battement tendu)
- поднимание на полу пальцы и опускание (releve)
- перегиб корпуса вперед и в сторону

## **ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА**

- поклон
- положение рук (на пояс с раскрытыми пальцами и в кулачке, полочка, в стороны, вверх, с платком)
- положение рук в паре (за руки внизу, вытянутые вперед, под руку, за плечи, за спину)
- движение рук
- простой, боковой, переменный ход
- притопы

- удары полу пальцами и каблуком
- «ковырялочка»
- «гармошка»
- галоп, подскоки
- присядка
- «ползунок»
- хлопки и хлопушки
- вращения на полу пальцах и в беге

## **ЭЛЕМЕНТЫ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА**

Различные движения:

- головой
- руками
- плечами
- корпусом
- ногами
- вариативные прыжки на месте и с продвижением
- наклоны и прогибы

## **ТВОРЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ**

- показать, как танцуют куклы
- показать, как танцуют роботы
- показать, как танцуют животные (кошка, обезьяна, бабочка, попугай и др.)
- показать, как танцует грустный, веселый, усталый человека
- показать, как танцует балерина
- показать, как могли бы танцевать инопланетяне под космическую музыку
- показать, как танцуют люди разных профессий — плотник с молотком, повар с половником, мама с ребенком, водитель с рулем и др.

### 2.3. Материально-технические условия

Материально-технические условия по реализации образовательной программы соответствуют:

- 1) санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- 2) правилам пожарной безопасности;
- 3) требованиям к средствам обучения и воспитания в соответствии с возрастом индивидуальными особенностями развития детей;
- 4) оснащенности помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- 5) требованиям к материально-техническому обеспечению программы (учебно- методический комплект, оборудование, оснащение (предметы). Работа по материально-техническому обеспечению планируется в годовом плане, отражена в соглашении по охране труда.

Все занятия проходят в музыкальном и спортивном залах. Если объявлен карантин, то занятия проходят в группах.

Характеристика материально-технических условий	Состояние объектов на начало учебного года	Характеристика оснащения объектов
<b>Спортивный зал</b>	хорошее	Спортивный зал находится на первом этаже и полностью оборудован спортивным инвентарем. Имеются фортепиано, музыкальный центр. Программно-методические материалы соответствуют возрастным особенностям, учитывают состояние здоровья детей, планируются с учетом ФГОС ДО.
<b>Музыкальный зал</b>	хорошее	Музыкальный зал находится на первом этаже и полностью оборудован спортивным инвентарем. Имеются фортепиано, музыкальный центр. Программно-методические материалы

		соответствуют возрастным особенностям, учитывают состояние здоровья детей, планируются с учетом ФГОС ДО.
--	--	--

## 2.4.Список литературы

1. А.И. Буренина. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет.- С-Пб: «Аничков мост», 2015, - 196 с.
2. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. «Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. ФГОС».- С-Пб: «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2016, 352 с.
3. Т. К Барышникова. Азбука хореографии. - М.: Айрис – пресс, 2000, 266 с.
4. Зарецкая Н.В., Роот З.Я. Танцы в детском саду. М.: Айрис, 2008. - 112 с.
5. Скрипниченко«Чудо-ритмика»/ программа по хореографии для детей 4,5-6,5 лет, Соликамск, 2010.
6. Бриске И. Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
7. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие– М.: Владос, 2003
8. Слуцкая С. Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс,2006.
9. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000
10. Народное искусство в воспитании детей / Под ред. Т. С. Комаровой. - М, 2005.
11. Е. Н. Арсенина Музыкальные занятия . старшая группа, издание Учитель-2015
12. Зацепина М. Б. Музыкальное воспитание в детском саду. —М,: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
13. Зацепина М. Б. Культурно-досуговая деятельность. — М., 2004.

14. Зацепина М. Б. Культурно-досуговая деятельность в детском саду. — М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
15. Зацепина М. Б., Антонова Т. В. Народные праздники в детском саду. — М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
16. Зацепина М. Б., Антонова Т. В. Праздники и развлечения в детском саду. - М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
17. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2014.
18. М. М. Борисова « Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2014 г.
19. Е. Р. Железнова «Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников» Детство – Пресс, 2013