

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
№ 108 «Дружба» города Калуги**

ПРИНЯТА
педагогическим советом
протокол № 1 от 28.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом № 170 - ОД от 28.08.2024 г.

**Дополнительная образовательная общеразвивающая
программа «Музыкальная капель»
(художественной направленности) для детей 6 -7 лет
МБДОУ № 108 г. Калуги
на 2024 – 2025 учебный год**

г. Калуга 2024 г.

Содержание

Информационная карта программы.....	3
I. Целевой раздел	
1. Пояснительная записка.....	6
2. Предполагаемые результаты освоения Программы.....	10
3. Критерии эффективности обучения Программы.....	12
II. Содержательный раздел	
1. Особенности проведения занятий ритмики и танца с детьми 5-7 лет.....	16
2. Методы и формы организации занятий.....	17
3. Формы взаимодействия с родителями.....	20
4. Содержание разделов первого года обучения.....	21
5. Содержание разделов второго года обучения.....	25
III. Организационный раздел	
1. Технологичность программы.....	31
2. Условия реализации программы.....	32
3. Учебно-тематический план для детей 5-6 лет первый год обучения (1 подгруппа).....	34
4. Учебно-тематический план для детей 6-7 лет второй год обучения (2 подгруппа).....	35
Список литературы.....	36

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Занятия ритмикой пришли к нам из глубокой древности – античной Греции и Древней Индии. Уже тогда ценились два её компонента – гимнастика и ритмический танец. В настоящее время наиболее доступным, эффективным и эмоциональным направлением является танцевально – ритмическая гимнастика.

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека.

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 основе ритмики лежит музыка, её восприятие, эмоциональный отклик. Движение используется как средство более глубокого проникновения и понимания музыкального искусства. Гармоничное соединение движения, музыки, игры формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка, делают его поведение естественным и красивым.

В жизни каждой семьи наступает момент, когда родители задумываются над тем, в какой творческий коллектив отправить ребёнка заниматься и как его развивать. Очень многие выбирают для своего ребёнка занятия танцем, для малышей, как правило, все начинается с ритмики и ритмических движений. На таких занятиях ребёнок не только учится красиво танцевать, двигаться, держать осанку, но и развиваться духовно. Ведь танец – это творчество, танец – это именно тот вид искусства, который поможет ребёнку раскрыться, показать окружающим, как он видит этот мир.

Актуальность. В настоящее время со стороны родителей и детей растёт спрос на образовательные услуги в области ритмики и танца. Ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников. Детский танец начинается с ритмики, где изучение танца начинается с простых движений, зачастую, занятия больше похожи на игру, но в этой игре ребёнок научится тем вещам, которые очень пригодятся ему в жизни.

Новизна программы, состоит в использовании компенсаторных возможностей детей в период их раннего развития, принятых в танцевальный коллектив без специального отбора. Уже на раннем этапе развития, воспитанники, освоив минимум танцевальных движений, могут участвовать в простых этюдных постановках. В основу обучения детей дошкольного возраста положено игровое начало, которое помогает детям осваивать трудные элементы, а также позволяет детям расслабиться и переключить внимание.

Поступление ребенка в коллектив - важное событие в его жизни. Новыми для него являются и взаимоотношения с педагогом и сверстниками: отношения строятся на основе занятий общим делом - танцевальным искусством. Постепенно у детей формируется чувство коллективизма. Кроме того, в коллективе формируется толерантность друг к другу, высокая мотивация к исправлению своих недостатков, развитие самовоспитания. Через коллективные требования к каждому участнику совместного труда закладываются базовые свойства личности.

Для организации работы с детьми в студии разработана Дополнительная образовательная программа студии ритмики «Музыкальная капель» для детей 5-7 лет (далее Программа)

Программа по содержательной, тематической направленности является художественно-эстетической, модифицированной, написанной на основе известных методик танца и ритмопластики Бурениной А. И., Пряхиной О.В., Анисимовой М.В., Фирилевой Ж. Е. и Сайкиной Е. Г. Э., Жака Далькроза.

Программа разработана в соответствии с:

- Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации.»
- Постановление Правительства РФ от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Закон РФ от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителей»
Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения.

Содержание построено на основе программ и методик:

Анисимова М.В. Музыка здоровья. Программа музыкального здоровьесберегающего развития дошкольников.

- Буренина А. И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста).
- Пряхина О.В. Программа «Пластика движений» - В сб.: Программа для учреждений дополнительного образования детей.
- Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. Ф62 «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.

Цель: формирование и развитие творческих способностей у детей 5-7 лет средствами ритмопластики и искусства танца.

Для решения поставленной цели были сформулированы **основные задачи:**

- обучать простейшим элементам детского эстрадного и народного танца;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- развивать познавательный интерес и художественный вкус;
- воспитывать культуру поведения и общения.

Программа рассчитана на 2 года обучения. Занятия проводятся 2 раза в неделю во второй половине дня, длительностью 25 минут с детьми 5-6 лет; 30 минут с детьми 6-7 лет. Занятия проводятся с подгруппой детей (12 человек).

Прием детей осуществляется на основании письменного заявления от родителей (законных представителей) ребенка. Допускается перевод воспитанников из одной группы в другую в процессе обучения и по мере усвоения программного материала, а так же

усложнение или упрощение материала в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка.

Программа базируется на следующих **принципах**:

- принцип доступности - учет возрастных особенностей детей;
- принцип последовательности и системности в усвоении знаний и умений;
- принцип успешности и положительной оценки выступлений детей;
- принцип индивидуального подхода, ориентация на особенности и способности ребенка;
- принцип практической направленности.

1.2. Предполагаемые результаты освоения программы

Первый год обучения.

Дети знают:

- простейшие элементы партерной гимнастики;
- навыки выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- правила постановки корпуса;
- правила поведения на занятиях и на концерте.

Умеют:

- передавать в движении музыкальный размер и ритмический рисунок, акцентировать шаг на первую долю;
- творчески мыслить и фантазировать в соответствии с музыкальным материалом;
- правильно пройти в такт музыки, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носочка;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами.

Действуют:

- исполняют русские народные танцы: «Кадриль», «Яблочко», «Парная полька»;
- исполняют хореографические композиции: «Петрушки», «Зимушка-зима», «Фигурный вальс».
- приветствуют музыкального руководителя и друг друга («Поклон – приветствие»), приглашают на танец («Поклон – приглашение»).

Второй год обучения.

Дети знают:

- простейшие элементы детского эстрадного и народного танца;
- элементы партерной гимнастики;
- правила поведения в обществе.

Умеют:

- музыкально, выразительно и осмысленно исполнять танцевальные движения;
- самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
- отличать в движении музыкальные фразы, акценты, несложный ритмический рисунок;
- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
- исполнять простейшую танцевальную композицию на изученных танцевальных движениях;
- исполнять упражнения в более быстром темпе;
- работать в коллективе.

Действуют:

- выполняют элементы русской и татарской пляски;
- выполняют танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием; пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг, национальные присядки, простейшие дроби, вертушки и кружения;
- выразительно и ритмично исполняют танцы согласно репертуарного плана;
- выразительно и ритмично исполняют движения с предметами (шарами, обручами, мячами, цветами, ложками, веерами и др.);
- выполняют элементы русской и татарской пляски, русские народные танцы «Коробейники», «А я по лугу гуляла»;
- исполняют хореографическую композицию «Сабантуй» (татарский народный танец);
- исполняют: «Фигурный вальс», «Рок-н-ролл», хореографические композиции: «Кап-кап-кап», «Пришла Зима», «Красная ромашка».

В конце обучения появляется возможность создания танцевального репертуара, построенного на характерных элементах и движениях танца. Танец должен исполняться музыкально, выразительно, синхронно. Дети имеют навык благородного, вежливого обращения к партнеру, имеют представление о детских эстрадных и народных танцах.

3. Критерии оценки качества образования.

Мониторинг освоения детьми Программы осуществляется педагогом два раза в год. Выявляется уровень успешности детей, что позволяет анализировать эффективность методов и приемов, применяемых в работе с детьми и проводить их корректировку.

Критерии оценки	Уровни и показатели		
	Высокий	Средний	Низкий
Танцевальные данные	Хорошая осанка. Высокий подъем стопы. Очень хорошая гибкость. Легкий высокий прыжок.	Не очень хорошая осанка. Средний подъем стопы. Не очень хорошая гибкость. Легкий средний прыжок.	Плохая осанка. Низкий подъем стопы. Плохая гибкость. Нет прыжка.
Музыкально-ритмические способности	Отличное чувство ритма. Отличные показатели координации движений (нервная, мышечная, двигательная). Четко исполняет танцевальные элементы под музыку. Двигается ритмично, учитывая характер музыки; легко определяет музыкальный размер.	Среднее чувство ритма. Хорошая координация движений (2 показателя из 3). Не четко исполняет танцевальные элементы под музыку. Двигается ритмично, путается в знаниях музыкального размера.	Нет чувства ритма. Плохая координация движений (1 показатель из 3). Не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением. Не чувствует ритм и характер музыки, не ориентируется в музыкальном

			размере.
Сценическая культура	Очень яркий, эмоционально выразительный ребенок, легко и непринужденно держится на сцене. Создание сценического образа – легко и быстро перевоплощается в нужный образ	Не очень эмоционально выразительный, есть не большой зажим на сцене. Создание сценического образа: не сразу перевоплощается в нужный образ.	Нет эмоциональной выразительности, зажат на сцене. Не может создать сценический образ.
Знания базовых элементов партерного экзерсиса	Имеет высокие навыки выразительного движения, партерного экзерсиса, музыкально-ритмической деятельности. Активен в игровой хореографии.	Правильно исполняет ритмические движения, упражнения партерного экзерсиса, элементы игровой хореографии.	Исполнение движений не выразительное, имеет замечания при исполнении упражнений партерного экзерсиса.

В ходе реализации программы для контроля усвоения приобретенных знаний, умений и навыков 1 раз в год проводится отчетный концерт для родителей и сверстников, кроме этого дети выступают на открытых мероприятиях (календарные праздники) и городских площадках (День города, Фестивали детского творчества, День защиты детей). Все это позволяет воспитанникам почувствовать себя успешными, развивать уверенность в себе и в своих способностях, что приводит к раскрытию творческого потенциала. Для фиксации и обработки результатов используется диагностическая карта.

II Содержательный раздел.

2.1. Особенности проведения занятий ритмики и танца с детьми 5-7 лет.

Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные задания: упражнения, игровое творчество. Дети дошкольного возраста быстро устают, допускают много ошибок при исполнении, забывают пройденный материал. Поэтому, проводя цикл упражнений, выпрямляющих спинки маленьких танцоров и растягивающих им нужные мышцы, программа предусматривает находить время и для игры, и для улыбки.

Мышцы у детей развиты слабо, они быстро устают от физических нагрузок. Ребенок не может долго удерживать корпус в подтянутом состоянии из-за слабости мышц спины, поэтому учитываются особенности его развития: во-первых, физическая нагрузка увеличивается очень осторожно, а во-вторых - укрепление и развитие мышц, формирование устойчивых навыков правильной осанки и совершенствование основных танцевальных движений происходит постепенно.

Ребенок дошкольного возраста еще не обладает достаточно развитой волей, упорством и самоорганизацией, и вряд ли он оценит по достоинству слишком жесткую

дисциплину на занятиях. Для него привлекательны занятия по танцу, построенные на простом материале, занятия с элементами игры и соревнования.

Систематические занятия соразмерно развивают фигуру, помогают в устранении некоторых физических недостатков. На занятиях закрепляются все навыки, выработанные ранее, дети повторяют пройденные движения и фигуры.

Разучивание танцев происходит в несколько этапов:

- 1) вводное слово педагога (перед разучиванием танца педагог сообщает сведения об истории его возникновения), знакомит с темпом, характером, ритмическим рисунком танца;
- 2) разучивание элементов танца, танцевальных движений, рисунка танца (педагог объясняет и сам показывает движения, затем дети повторяют);
- 3) дети повторяют движения вместе с педагогом, а затем самостоятельно; при этом педагог обращает внимание детей на ошибки и поправляет их;
- 4) движения разучиваются под музыку или под счет. Разучивая танец, мы работаем над движениями рук, ног, корпуса, головы, следя за соблюдением гармонии движения;
- 5) когда основные движения, позы, рисунок разучены, приступаем к соединению их в танцевальную композицию;
- 6) разучиваем комбинации и отрабатываем, затем комбинации собираем в фигуры танца, а фигуры в целый танец. Фигуры танца и танец целиком многократно повторяются воспитанниками в целях запоминания и достижения грамотного и выразительного исполнения.

2.2. Методы и формы реализации программы.

Данная Программа дает возможность дошкольникам посредством игры раскрыть большой и удивительный мир танцевального искусства. Также поможет влиться в громадный мир музыки и попытаться проявить себя в пластике, близкой детям дошкольного возраста. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передавать услышанный музыкальный образ в танцевальном рисунке и пластике. Выбор основных методов обучения основан на возрастных и индивидуальных особенностях детей старшего дошкольного возраста.

Реализация программы заключается в комплексном использовании трех методов:

- **метод музыкального движения;**
- **метод хореокоррекции;**
- **методика партерного экзерсиса.**

Метод музыкального движения (Метод Айседоры Дункан) применяется, в основном, на начальной стадии усвоения программы, когда дети знакомятся с музыкой, ритмом и, опираясь на свои внутренние эмоциональные ощущения, возникшие при прослушивании музыки, пытаются выразить свое настроение свободными танцевальными движениями.

Музыкальное движение - это метод музыкального воспитания, личностного развития и обучения свободному танцу. Занятия проходят с использованием фонограмм, а также под живую музыку (инструментальную или вокальную). В качестве музыкального материала используются специально подобранные фрагменты классических произведений и народных песен (музыка может быть разной, но исторически метод был разработан именно на таком музыкальном материале). Метод, первоначально созданный как часть

музыкального воспитания, используется также в танцевальных практиках, в особенности для обучения двигательной импровизации и свободному, или пластическому танцу.

Метод хореокоррекции - это метод, позволяющий проводить коррекцию фигуры с помощью физических упражнений, при которых тело приобретает правильную и красивую форму, становится подтянутым. Происходит формирование осанки, профилактика плоскостопия.

Методика партерного экзерсиса - упражнения на полу

Методика используется с целью формирования скелетно-мышечного аппарата ребенка, формирования осанки. Пока ребенку еще трудно координировать движения своего тела, включать в работу различные группы мышц, занятия в положении сидя и лежа облегчают ему эти задачи. Партерный экзерсис позволяет с наименьшими затратами энергии достичь сразу 3-х целей:

- повысить гибкость суставов;
- улучшить эластичность мышц и связок;
- нарастить силу мышц.

Для успешной реализации программы используются различные **виды занятий**:

- традиционное занятие;
- комбинированное занятие;
- практическое занятие;
- игра;
- праздник,
- репетиция;
- концерт.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- в парах;
- групповая;
- индивидуально - групповая;
- ансамблевая.

Структура занятия

Основной **формой** реализации Программы является **занятие**, которое состоит из **трех частей**:

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. Длительность составляет 5-7 минут.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений к танцу по плану, что составляет большую часть занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности - 2 - 3 минуты.

Занятия проводятся в игровой форме. Элементы классического экзерсиса вводятся постепенно. При закреплении в обучении элементам экзерсиса целесообразно вводить дидактические музыкально-танцевальные игры.

2.3. Формы взаимодействия с родителями

Эффективность воспитания дошкольников в области танцевального искусства в значительной мере зависит от взаимодействия педагога с родителями. Именно

партнерские отношения педагога и родителей обеспечивают детям защиту, эмоциональный комфорт, создание интересной, содержательной жизни в детском саду и дома.

Формы взаимодействия с родителями:

- Заключение договоров о сотрудничестве.
- Общие родительские собрания.
- Консультации по интересующим вопросам.
- Индивидуальные беседы.
- Участие в подготовке и проведении детских праздников.

2.4. Содержание разделов 1 года обучения.

1. Вводное занятие

Теория: ознакомление с правилами коллектива, образовательной программой, планом работы, расписанием занятий, техникой безопасности в танцевальном классе.

2. Азбука музыкального движения

Теория: музыкально-ритмическое воспитание детей - универсальное средство для развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений. «Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей.

Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, развивать чувство ритма. Следует развить умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, умение согласовывать музыку с движением.

Практика:

Упражнения

а. Определение и передача в движении:

- 1-характера музыки (спокойный, торжественный);
- 2-темпа (умеренный);
- 3-сильных и слабых долей.

б. Упражнения на развитие ориентации в пространстве:

- ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная, умение пройти под музыку;
- бег (легкий, стремительный, широкий);
- танцевальный шаг (выворотное положение ноги, с носка на пятку);
- подскоки на месте и с продвижением вперед с вытянутой и сокращенной стопой.

с. Упражнения на развитие «мышечного чувства» и отдельных групп мышц:

- упражнения для пальцев и кистей рук: сгибание кистей вниз–вверх, руки вытянуты в стороны на уровне плеч;
- движение рук, имитация «Полоскание»;
- «пушинка» - схватить пух пальцами;
- прослушивание простейших ритмических рисунков;
- поклон. Поклон дисциплинирует ребенка и приучает к правилам хорошего тона.

Мальчики: I свободная позиция, руки опущены вдоль корпуса.

«Раз» - шаг в сторону правой ногой, голова прямо.

«Два» - подставить левую ногу в I позицию.

«Три» - опустить подбородок вниз.

«Четыре» - вернуть голову в исходное положение.

Девочки: I свободная позиция ног, руки в IV позиции.

«Раз» - шаг правой ногой в сторону, голова прямо.

«Два» - подставить левую ногу в I позицию.

«Три» - *demi - plie*, подбородок опустить вниз

«Четыре» - исходное положение.

3. **Партерная гимнастика**

Теория: термин «партерная гимнастика» появился не так давно. Его возникновение связано с развитием нетрадиционных видов гимнастики. Слово *партер* произошло от французского *parterre* (по земле): слово *par* - по, а слово *terre* - земля. Под «партерной» гимнастикой понимают выполнение различного рода упражнений в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

Практика:

Упражнения

- упражнение на подвижность голеностопного сустава;
- упражнение на развитие шага;
- упражнение на развитие гибкости;
- упражнение на укрепление позвоночника;
- упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса;
- упражнение на развитие выворотности ног;
- упражнение на развитие мышц паха;
- растяжка ног (вперед, в сторону);
- наклоны корпуса к ногам;

4. **Играя, танцуем**

Теория: игры долгие годы остаются главным и любимым занятием всех детей. Правильно используя игры можно многого добиться в воспитании детей. Ребенок моделирует в игре свои отношения с окружающим миром, проигрывает различные ситуации - в одних он лидирует, в других подчиняется или осуществляет совместную деятельность с другими детьми и взрослыми. Через игру можно научить детей танцевать.

В искусстве танца игра, по мнению И. Хейзинга, присутствует в еще большей мере. «О каком бы народе или эпохе не шла речь, - пишет он,- всегда можно сказать в самом полном смысле слова, что Танец есть сама Игра, более того, представляет собой одну из самых чистых и совершенных форм игры».

Практика:

- игра «ниточка и иголочка»;
- игра «кот и мыши»;
- игра «лягушки и цапли».

5. **Основные танцевальные движения.**

Теория: в данном разделе объясняются правила исполнения отдельных движений.

Практика:

- шаг на носках;
- приставной шаг;
- высокий бег;
- легкие подскоки;
- галоп вперед, «лошадками»;

- притопы;
- различные виды прыжков;
- «пружинка»;
- различные виды прыжков;
- элементы русской пляски;
- положения рук в русской пляске;
- основные пространственные построения и передвижения.

6. **Репетиционно - постановочная работа**

Теория: ведется объяснение постановочного материала танца.

Практика: разучивание танцевальной композиции, построенной на изученных танцевальных движениях, которая выстраивается в законченную форму-танец. Танец «Три веселых зайчика», «Карлсон».

7. **Выступления одна из форм оценки качества знаний**

Теория: детям объясняются правила поведения на открытых показах.

Практика:

- Открытое занятие;
- фестивали детского творчества;
- отчетный концерт.

2.5. Содержание разделов 2 года обучения.

1. **Вводное занятие**

Теория: рассказать о целях и задачах коллектива на предстоящий год, познакомиться с внутренними правилами, техникой безопасности в танцевальном классе.

2. **Азбука музыкального движения**

Теория: на данном этапе дается более сложный материал для развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений. Следует развивать умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, умение согласовывать музыку с движением.

Практика:

Является повторением первого года обучения с усложнением изучаемого материала.

Упражнения

a. Определение и передача в движении:

- 1-характера музыки (спокойный, торжественный);
- 2-темпа (умеренный);
- 3-сильных и слабых долей.

b. Упражнения на развитие ориентации в пространстве:

- ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная, умение пройти под музыку;
- бег (легкий, стремительный, широкий);
- танцевальный шаг (выворотное положение ноги, с носка на пятку);
- подскоки на месте и с продвижением вперед с вытянутой и сокращенной стопой;
- галоп;
- галоп по кругу, по диагонали, в парах.

c. Упражнения на развитие «мышечного чувства» и отдельных групп мышц:

- упражнения для пальцев и кистей рук: сгибание кистей вниз–вверх, руки вытянуты в стороны на уровне плеч;
- движение рук, имитация «Полоскание»;
- «пушинка» - схватить пух пальцами;

- прослушивание сложных ритмических рисунков;
- поклон с выводом ноги в сторону.

3. **Партерная гимнастика**

Теория: объясняется правильное исполнение упражнений партерной гимнастики, усложняется работой с палкой.

Практика:

- упражнение на развитие подвижности стопы;
- упражнение на подвижность голеностопного сустава;
- упражнение на развитие шага;
- упражнение на развитие гибкости;
- упражнение на укрепление позвоночника (лодочка, корзинка, стрела);
- упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса (подъем ног на 90 градусов);
- упражнение на развитие выворотности ног;
- упражнение на развитие мышц паха;
- растяжка ног (вперед, в сторону);
- наклоны корпуса к ногам;
- «корзинка»;
- «лодочка»;
- мостик и полумостик;
- «кольцо».

4. **Играя, танцуем**

Теория: Этот раздел повторяет материал прошлого года обучения с некоторым усложнением изучаемого материала.

Практика:

- «игра» делай как «я»;
- игры на развитие ловкости;
- игры для развития творческой фантазии.

5. **Основные танцевальные движения**

Теория: объясняется правильное исполнение изучаемого материала.

Практика:

- подъем на полупальцы по VI позиции;
- проучивание шага подскока с высоко поднятым коленом;
- проучивание бега на месте и в продвижении;
- проучивание шага галопа;
- разучивание бега на полупальцах;
- проучивание шага с носочка;
- тренировочные упражнения, сочетающие в себе проученные выше шаги;
- полуприседание по VI позиции (пружинка);
- полуприседание с выносом ноги на каблук;
- движение рук с талии;
- удары ногой по VI позиции;
- простой топающий шаг по VI позиции;
- приставной шаг(различные варианты данного упражнения);

- галоп по VI позиции в сторону, вперед;
- «ковырялочка»;
- работа в парах;
- более сложные перестроения и рисунок танца.

6. **Репетиционно-постановочная работа**

Теория: данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование детей в начале года по принципу «нравится - не нравится», «интересно - не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар.

Практика: разучиваются танцевальные композиции, построенные на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму-танец:

- «Калинка-малинка»;
- «Подснежники»;
- «Страна чудес».

7. **Выступления (одна из форм оценки качества знаний)**

- Открытое занятие;
- фестивали детского творчества;
- отчетный концерт. Открытое занятие в заключении учебного года. Дети должны показать умения и навыки, приобретенные ими за время первого и второго года обучения.

III. **Организационный раздел**

3.1. Технологичность программы

Программа предусматривает использование таких технологий обучения, которые наиболее эффективно способствуют развитию дошкольника, позволяют добиваться поставленных в программе целей и задач. В первую очередь, это *игровые технологии* обучения. Стремление к тому, чтобы процесс обучения стал увлекательным, в основу обучения положено игровое начало, активное использование сказочных образов и сюжетов, которые доступны детскому пониманию и двигательному воплощению, несущие положительный эмоциональный настрой. Синтез художественной деятельности и обучения в игре благотворно влияет на обучение во всех существенных аспектах.

Активно применяется и *технология концентрированного обучения*. В работе с дошкольниками обучение идет по спирали, с постепенным усложнением материала. На второй год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

В реализации данной программы используются компетентностный и лично-деятельностный подходы:

- *компетентностный подход* к уровню подготовки воспитанников предполагает, что отбор содержания и организация образовательного процесса осуществляются в

соответствии с потребностями и интересами воспитанников и обязательно отслеживаются средствами системы мониторинга.

- **личностно-деятельностный подход** предполагает организацию деятельности, в которой ребенок выступает как лицо активное и инициативное, индивидуальное и своеобразное; развитие личности в образовательном процессе идет через постоянное обогащение, преобразование, рост и качественное изменение субъективного опыта и связанных с ним личностных смыслов.

3.2 Условия реализации программы

Для эффективной реализации программы необходимо дидактическое обеспечение и материально-техническое оснащение.

I. Дидактическое обеспечение:

- фотографии выступлений;
- литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу;
- правила поведения на сцене;
- словари терминов;
- портреты композиторов;
- нотный материал, подборка репертуара;
- иллюстрации и репродукции;
- флажки 3 – 4-х цветов по числу детей в группе;
- ленты разных цветов по 2 шт. на ребенка;
- платочки разных цветов (размер 20-25 см);
- погремушки по числу детей в группе;
- цветы небольшие нежных оттенков;
- обручи легкие пластмассовые;
- шнур яркий длиной 3-4 метра;
- мячи среднего размера по числу детей в группе;
- музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник);
- гимнастические палки большие и маленькие;
- куклы и мягкие игрушки;
- скакалки;
- игровые и танцевальные атрибуты необходимые в пластических этюдах и танцевальных постановках.

II. Материально-техническое оснащение программы, средства обучения:

- наличие специального кабинета (зала) с зеркалами;
- фортепиано;
- детские музыкальные инструменты;
- музыкальный центр;
- компьютер;
- проектор;
- записи фонограмм в режиме «+» и «-»;
- фонотека и видеотека выступлений воспитанников.

III. Кадровая потребность:

- музыкальный руководитель.

Занятия проходят в просторном, проветренном зале. На стене установлены зеркала, которые помогают проверить правильность выполнения упражнений, стройности, осанки, красоту позы. Зеркало также отмечает и ошибки, и достижения. Обувь должна облегчать

свободу движений (балетки, чешки). Форма для занятий должна быть удобной и не стеснять движений. Для девочек: ласины и купальник. Волосы аккуратно причесаны и собраны в пучок. Для мальчиков: шорты и футболка. Для концертных выступлений сценические костюмы и элементы костюмов.

**Учебно-тематический план
для детей 5-6 лет (1 подгруппа)**

№ пп	Перечень основных разделов программы	Количество учебных часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	0
2.	Азбука музыкального движения	8	2	6
3.	Партерная гимнастика	10	3	7
4.	Играя, танцуем	18	5	13
5.	Основные танцевальные движения	12	2	10
6.	Репетиционно - постановочная работа	14	2	12
7.	Выступления	5	1	4
Итого:		52	68	16

**Учебно-тематический план
для детей 6-7 лет (2 подгруппа)**

№ пп	Перечень основных разделов программы	Количество учебных часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	0
2.	Азбука музыкального движения	6	1	5
3.	Партерная гимнастика	8	2	6

4.	Играя, танцуем	19	2	17
5.	Основные танцевальные движения	14	4	10
6.	Репетиционно - постановочная работа	12	2	10
7.	Выступления	8	1	7
Итого:		68	13	55

Литература

1. Анисимова М.В. Музыка здоровья. Программа музыкального здоровьесберегающего развития дошкольников. - М.: ТЦ Сфера, 2014. - 128 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). - 2-е изд., испр. и доп. - СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.
3. Барышникова Т. «Азбука хореографии» – М.: Айрис-Пресс, 1999.
4. Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». – М.: МГИУ, 2008.
5. Затымина Т. А., Стрепетова Л. В. «Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие». – М.: Издательство «Глобус», 2009.
6. Пустовойтова М.Б. «Ритмика для детей: учебно-методическое пособие». – М.: ВЛАДОС, 2008.
7. Пряхина О.В. Программа «Пластика движений» - В сб.: Программа для учреждений дополнительного образования детей. Вып. 2.- 2-е изд.- М.: ГОУ ЦРСДОД, 2003, с. 71-73.
8. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. Ф62 «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: «Детство-пресс», 2001. 352 с, ил.
9. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». – М., 2008.