

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 100 Центрального района Волгограда»
400050, Россия, ул. Хиросимы За, тел/факс: 8 (8442) 37-75-38
Email: mou-ds100@mail.ru**

Принято:
на педагогическом совете
протокол №1 от 29.08.2019г.

Утверждаю:
Заведующий МОУ Детский сад № 100
Л. Н. Матренина/



**Рабочая программа кружка
«Са – Фи - Дансе »
по художественно – эстетическому направлению
для детей от 4 до 5 лет
Срок реализации: 2019 – 2020 учебный год**

Руководитель кружка:
Божкова Т.Г.,
инструктор по
физической культуре

Волгоград

СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка

1. Актуальность
2. Цель и задачи
3. Основные принципы
- 4. Межпредметные связи**
5. Место занятий кружка в учебном плане

II. Ожидаемые результаты и критерии их оценки

III. Методы контроля усвоения программного материала

1. Способы реализации результативности кружка «танцевательно-ритмическая

гимнастика» «Са-Фи-Дансе» 2. Форма подведения итогов реализации

программы 3. Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка

IV. Содержание программы:

1. Задачи обучения кружка «танцевательно-ритмическая гимнастика» «Са-

Фи-Дансе» 2. Проведение занятий по танцевально-ритмической гимнастике

3. Тематический план кружка 4. Материально-техническое обеспечение

Приложение к программе: краткие конспекты занятий

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Срок проведения кружка: с 1 октября по 31 мая

Возрастная группа: дети 4-5 лет

Количество занятий в год: 64

Периодичность занятий: 2 раза в неделю

Форма организации: групповая

Длительность занятий: 20 минут

Место проведения кружка: спортивный зал .

Методическое обеспечение:

1. Фомина А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. М., Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебное пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб, «Детство-Пресс», 2007
2. Алямовская В.Г. Как воспитывать здорового ребёнка.-М., 1993.
3. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. СПб, 1997.
4. Бодраченко И.В. Музыкальные игры в детском саду для детей 3-лет. М.: Айрис-пресс, 2009. - 144с.
5. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. СПб, 1996г.
6. Бекина СИ. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 4-5 лет. 1983
7. Васильева Т.К. Секрет танца. СПб., 1997.
8. Герела Н.Ф. Дыхание, движение, Самомассаж. Методика оздоровления на основе парадоксальной дыхательной гимнастики А.Н.Стрельниковой.-Л., 1991.
9. Казакевич Н.В., Сайкина Е.Г. , Фирилева Ж.Е. Ритмическая гимнастика. Методическое пособие. СПб, 2001.
10. Казьмин В.Д. Дыхательная гимнастика. Серия «Панацея». Ростов нД., 2000
11. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет- М.,2015.
12. Руднева С, Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. М., 2001.
13. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет.-М.,1994.
14. Тюрин, Аверкий. Самомассаж.-СПб., Москва Минск, Харьков 1997.

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

формируется личность. В этот период ребенок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно.

Преимуществами направления «Са-Фи-Дансе» является доступность, эффективность и эмоциональность. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность — в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Актуальность программы также обусловлена потребностью воспитания всесторонне развитой личности, ее самореализации, осознание ребенком собственной индивидуальности.

Теоретической основой создания настоящей программы являются игры и упражнения из программы:

- Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебное пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.

Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в учреждении. В программе «Са-Фи-Дансе» представлены различные разделы, но основными являются танцевально-игровая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Так, в танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец.

Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропдастикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Оздоровительно-развивающая программа «Са-фи-дансе» направлена на всестороннее развитие дошкольников и рассчитана на 1 год.

Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию учреждения. В ней представлены различные разделы.

Цель курса: содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

Задачи:

□ Укрепление здоровья:

-способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата; -формировать правильную осанку; -содействовать профилактике плоскостопия;

-содействовать развитию и функциональному совершенствованию всех систем организма.

□ Совершенствование психомоторных способностей:

-развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;

-содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

-формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;

-развивать мелкую моторику и координацию движения рук.

□ Развитие творческих способностей:

-развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность; -формировать навыки самовыражения (под музыку); - развивать эмоциональность, раскрепощенность и творчество в движениях; - воспитывать инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи.

При распределении разделов программы обучения учитываются основные принципы дидактики, возрастные особенности, физические возможности и психологические особенности детей среднего возраста.

Для достижения цели образовательной программы используются следующие **основные принципы:**

- **наглядность** - демонстрация упражнений педагогом, образный рассказ, имитация движений;
- **доступность** - обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному;
- **систематичность** - регулярность занятий с постепенным увеличением количества упражнений, усложнением способов их выполнения;
- **индивидуальный подход** - учет особенностей восприятия каждого ребенка;
- **увлеченность** - каждый должен в полной мере участвовать в работе;
- **сознательность** - понимание выполняемых действий, активность.

МЕЖПРЕДМЕТНЫЕ СВЯЗИ

1.«Музыкальное развитие»: музыкально-ритмические движения, танцевальные шаги, f элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы, как историко-бытовой, народный, бальный, современный и ритмический танцы. **2.«Физическое развитие»:** строевые, общеразвивающие, акробатические, дыхательные упражнения, развитие мелкой моторики, профилактика плоскостопия, развитие опорно - двигательного аппарата.

II. Ожидаемые результаты и критерии их оценки

К концу учебного года ребенок средней группы **должен уметь:**

- о Передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;
- о Передавать основные средства музыкальной выразительности;
- о Различать жанр произведения и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове;
- о Передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений;
- о Ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов;
- о Исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- о Самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки;
- о Передавать в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей;
- о Выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании;
- о Выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры;
- о Находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами;

Дети пятого года жизни, прошедшие обучение по данной программе, **должны знать:**

- о Назначение спортивного зала и правила поведения в нём;
- о Правила подвижных игр.
- о Основные танцевальные позиции рук и ног;
- о Понятия: круг, шеренга, колонна.

3.Математика: ориентировка в пространстве и относительно себя, количественный счёт.

4.«Познаю мир»: знакомство с явлениями живой и не живой природы. Особенности и повадки животных и птиц.

5.«Моральное развитие»: формирование волевых качеств

Место занятия кружка в учебном плане

В учебном плане отводится по танцевально-ритмической гимнастике «Са-Фи-Дансе» 2 занятия в неделю, во вторую половину дня. Общее количество учебных занятий в год -64, из них 2 занятия - контрольные, (педагогическая диагностика в начале и в конце учебного года).Продолжительность занятия - 20 минут. Возраст детей 4-5 лет.

II. Ожидаемые результаты и критерии их оценки

К концу учебного года ребенок средней группы **должен уметь:**

- о Передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения;

- о Передавать основные средства музыкальной выразительности; о Различать жанр произведения и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове; о Передавать в пластике музыкальный образ, используя гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные виды движений; о Ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов; о Исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
 - о Самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыки; о Передавать в мимике и пантомиме образы знакомых животных и персонажей;
 - о Выразить свое восприятие в движениях, а также в рисунках и в словесном описании;
 - о Выполнять изучаемые в течение года ритмические композиции и танцы-игры;
 - о Находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестами;
- Дети пятого года жизни, прошедшие обучение по данной программе, **должны знать:**
- о Назначение спортивного зала и правила поведения в нём;
 - о Правила подвижных игр.
 - о Основные танцевальные позиции рук и ног;
 - о Понятия: круг, шеренга, колонна.

III. Методы контроля усвоения программного материала.

Способы определения результативности.

Оценка качества освоения детьми содержания программы танцевально-ритмической гимнастики «Са-Фи-Дансе» носит индивидуальный, динамический характер -оценивается совершенствование физических качеств каждого ребенка в процессе обучения. Ведущим методом является наблюдение. Два раза в год (начало и конец) проводится тестирование. Тесты предлагаются детям в игровой и соревновательной форме, так же носят динамический характер (оценивается динамика развития различных качеств). Автор диагностики: А. И. Буренина.

Формы подведения итогов реализации рабочей программы:

- открытые занятия для родителей воспитанников
- творческий отчет (воспитанники показывают ритмические танцы, пластические миниатюры, акробатические этюды, которые разучивают в течение года)
- участие в районных конкурсах, соревнованиях, фестивалях

Диагностика уровня музыкально-двигательного развития ребенка.

Координация, ловкость движений - точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

Упражнение 1. Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

Упражнение 2. Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

Упражнение 3. Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

3 балла - правильное одновременное выполнение движений.

2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл - неверное выполнение движений.

Творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «ша».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п.

3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ.

2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

Гибкость тела - это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

Упражнение «Отодвинь кубик дальше» (проверка гибкости тела вперед).

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к ковра. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми.

Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами. 3см и меньше

низкий уровень (1 балл), 4-7см - средний уровень (2 балла), 8-11см - высокий уровень (3 балла).

Упражнение «Кольцо» (проверка гибкости тела назад).

Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балл - максимальная подвижность позвоночника вперед и назад.

2 балл - средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

Музыкальность - способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

Упражнение «Кто из лесу вышел?»

После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки, (отражение в движении характера музыки).

Упражнение «Заведи мотор».

Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю - быстро (переключение с одного темпа на Другой).

Упражнение «Страусы».

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку «прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков).

3 балла - умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

2 балла - в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда.

1 балла - движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Эмоциональность - выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

Детям предлагается изобразить «усталую старушку», «хитрую лису», «девочку, которая удивляется», «сердитого волка».

Развитие чувства ритма.

Ритмические упражнения - передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно используя короткие отрывочные высказывания. *Упражнения с ладошками.*

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по - разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопки. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).
2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).
3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.
4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

2 балла - выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

3 балла — точно передает ритмический рисунок.

Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности.

Первый уровень (высокий **15-1,8 баллов**) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний **10-14 баллов**). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, выполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третьему уровню (низкому **6-9 баллов**) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная, движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ Средняя группа (возраст детей 4-5 лет) 64 занятия

Задачи обучения: ,

Развивать навыки ритмической ходьбы, умение хлопать и топать в такт музыки, представлять в музыкально-подвижной игре различные образы

(зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.), ритмично двигаться в различных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

Познакомить с назначением отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики,

основными танцевальными позициями рук и ног.

Разучить простейшие построения и перестроения, ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку.

Развивать внимание, ориентировку в пространстве, свободу и творчество в движениях.. Средства реализации программного содержания:

□ **Игроритмика:**

Хлопки в такт музыки. Акцентированная ходьба. Акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками. Движения руками в различном темпе. Различие динамики звука «быстро — медленно», «бодро - спокойно». Выполнение упражнений под музыку.

□ **Игрогимнастика:**

Построение в шеренгу и в колонну по команде. Передвижение в сцеплении.

Построение в круг и передвижения по кругу в различных направлениях за педагогом. Построение врассыпную, бег врассыпную. Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам.

Полуприсед, упор присев, упор лежа на согнутых руках, упор стоя на коленях, положение лежа. Комплексы общеразвивающих упражнений с предметами и без. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки: свободное опускание рук вниз. Напряженное и расслабленное положения рук, ног.

Потряхивание кистями рук. Расслабление рук с Упражнения на осанку, стоя спиной к опоре.

Имитационные, образные упражнения.

□ **Акробатические упражнения:**

Группировка ноги врозь, сед на пятках. Перекаты в положении руки вверх и в седе на пятках с опорой на руки. Равновесие на носках с опорой и без нее.

Комплексы акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

□ **Игротанцы:**

Хореографические упражнения: подъемы на носки, держась за опору. Стойка руки на пояс и за

спину. Свободные, плавные движения. Комбинации хореографических упражнений. Шаг с

носка, на носках, присед на одной ноге, другую вперед на пятку, полуприседы, приставной шаг

в сторону. Галоп с большим подскоком.

Ритмические танцы: «Танец с зонтиками», «Мы пойдем сначала вправо»,

«Танец сидя», «Галоп

шестерками», «Если весело живется», «Танец утят», «Кузнечик».

- **Танцевально-ритмическая гимнастика:** композиции и комплексы упражнений «Большой олень», «На крутом берегу», «Море волнуется», «Хоровод», «Я танцую», «Чебурашка».
 - **Игропластика:** упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и двигательных действиях и заданиях. 12
 - **Пальчиковая гимнастика:** общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях: сгибание и разгибание, приведение и отведение, противопоставление пальцев рук при работе двумя руками и одной рукой. Игры-потешки. Выполнение фигурок из пальцев
 - **Игровой самомассаж:**
Поглаживание отдельных частей тела в образно-игровой форме.
 - **Музыкально-подвижные игры:** «Отгадай, чей голосок», «Найди свое место», «Нитка иголка», «Попрыгунчики-воробышки», «Мы — веселые ребята», «Совушка», «Цапля и лягушки», «Водяной».
- Музыкально-подвижные игры по ритмике. Подвижные и образные игры для строевых и общеразвивающих упражнений/
- **Игры-путешествия:**
«На лесной опушке», «Путешествие в морское царство — подводное государство», «В гости к Чебурашке».
 - **Креативная гимнастика:**
Музыкально-творческие игры «Кто я?», «Море волнуется». Специальные задания. «Создай образ», «Импровизация под песню».

ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ТАНЦЕВАЛЬНО-РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ

ПОСТРОЕНИЕ ЗАНЯТИЙ. Содержание программы «Са-Фи-Данс» представлено поурочным планированием учебного материала. Основа учебной программы — в ее вариативности, единстве обучения, воспитания и решения оздоровительных задач.

Занятия составляются согласно педагогическим принципам, по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям занимающихся.

Учебный материал в них распределяется согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Согласно требованиям по физическому и музыкально-ритмическому воспитанию ребенка, занятия составляют единую систему обучения и отвечают современным требованиям к технологии построения и проведения учебных занятий. / ...

Структура проведения занятий по танцевально-игровой гимнастике — общепринятая, и состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Деление на части относительно. Каждое занятие — это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Подготовительная часть занимает от 5 до 15% общего времени и зависит от решения основных задач. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы

подготовить организм ребенка — его центральную нервную систему, различные функции - к работе: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание. Для решения задач подготовительной части занятия в учебно - тематическом планировании представлены следующие средства танцевально-игровой гимнастики:

игрогимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); игроритмика, музыкально-подвижные игры малой интенсивности, игры на внимание, игротанцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы - несложные по координации или хорошо изученные), а также упражнения танцевально-ритмической гимнастики, отвечающие задачам подготовительной части занятия.

Начинать его рекомендуется со строевых упражнений с использованием элементов игроритмики и подключением игры. Но возможны и другие варианты конструирования занятий, по усмотрению педагога и с учетом условий работы. Однако при этом необходимо помнить об основных педагогических принципах систематичности, постепенности, доступности и пр. Систему упражнений и игр надо строить от простого к сложному, от известного к неизвестному.

Основная часть длится от 70% до 85% общего времени. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, идет основная работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, выносливости и др.

На этой стадии дается большой объем знаний, развивающих творческие способности детей, достигается оптимальный уровень физической нагрузки. В основную часть занятия могут входить все средства танцевально-игровой гимнастики: ритмические и бальные танцы, игропластика, креативная гимнастика и др.

Заключительная часть длится от 3% до 7% общего времени. В том случае если в основной части имеет место большая физическая нагрузка, время заключительной части увеличивается. Это создает условия для постепенного снижения нагрузки и обеспечивает постепенный переход от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей. В заключительной части занятия используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, игровой самомассаж. Если занятие направлено преимущественно на разучивание нового материала и требует от детей максимального внимания, то необходима эмоциональная разрядка. В этом случае в заключительной части проводятся музыкально-подвижные игры малой интенсивности (ходьба с речитативом, с песней, полюбившиеся детям ритмические танцы и другие задания).

в МОУ Детском саду № 100 на 2019– 2020 учебный год

Кружок «Са-Фи-Дансе»

№ п/п	Наименование услуги	Возрастная категория	День недели, время, продолжительность (мин.)	Количество часов в месяц	Количество групп	Количество воспитанников в одной группе
Художественно-эстетическое направление						
1	Развитие танцевально – ритмических движений, кружок «Са – Фи – Дансе», Божкова Т.Г.	4-5 лет	1,2,3,4 неделя- понедельник, четверг 15.05 -15.25 (20 мин.)	8	1	6

**Расписание занятий дополнительных платных образовательных услуг
в МОУ Детском саду № 100 Центрального района Волгограда»
на 2019 – 2020 учебный год**

Кружок «Са-Фи-Дансе»

Наименование услуги	Реализуемая программа	Возрастная категория	День недели, время, продолжительность (мин.)	Количество занятий в неделю/ месяц/ год	Кол-во групп	Количество воспитанников в одной группе
Художественно-эстетическое направление						
кружок «Са – Фи - Дансе» (развитие танцевально – ритмических движений) Руководитель: Божкова Т.Г.	«Танцевально – игровая гимнастика «Са – Фи – Дансе»» Авторы: Ж.Е.Фирилева, Е.Г.Сайкина	4-5 лет	1,2,3,4 неделя- понедельник, четверг 15.05 -15.25 (20 мин.)	2/8/64	1	6

**График работы педагогов
по платным образовательным услугам (кружкам)
в МОУ Детском саду № 100 Центрального района Волгограда
на 2019 – 2020 учебный год**

№ п/п	Ф.И.О. педагога	Квалификационная категория	Наименование услуги	График работы кружка	Количество детей
1	Божкова Татьяна Геннадьевна	первая	кружок «Са – Фи - Дансе» (развитие танцевально – ритмических движений)	1,2,3,4 неделя- понедельник, четверг 15.05 -15.25	Одна группа: 6 чел.

				(20 мин.)	
--	--	--	--	-----------	--

**График проведения консультаций
по платным образовательным услугам (кружкам)
в МОУ Детском саду № 100 Центрального района Волгограда
на 2019 – 2020 учебный год**

№ п/п	Наименование услуги	ФИО руководителя кружка	День недели	Время
1	кружок «Са –Фи - Дансе» (развитие танцевально – ритмических движений)	Божкова Татьяна Геннадьевна	2, 4 неделя- понедельник, четверг	15.05-15.25

Календарно – тематический план кружка «Са-Фи-Дансе»

ноябрь – 2 занятия					
1. Движение 2. Композиции,	Построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению. Перестроение в круг.	1. На первый счет - хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза. 2. «Полька» А. Арксоса	1. Первая, вторая, позиции рук и ног 2. Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону	Танцевально-ритмическая гимнастика «Пляшут звери»
ноябрь – 2 занятия					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению в образно-двигательных действиях. Перестроение в круг	1. На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза. 2. Ритмический танец «Полька» А. Арксоса	1. Первая, вторая, позиции рук и ног 2. Танцевальная разминка	Дробный топающий шаг по кругу	Танцевально-ритмическая гимнастика «Пляшут звери»
ноябрь – 2 занятия					
1. Композиции, танцы 2. Движение	Повторить занятие 3-4	1. На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза 2. Ритмический танец «Полька» А. Арксоса	1. Первая, вторая, позиции рук и ног 2. Танцевальная разминка	Дробный топающий шаг по кругу	Танцевальная композиция «Новогодняя»
ноябрь – 2 занятия, итого в месяц – 8 занятий					
1. Композиции, танцы 2. Движение	Перестроение в шеренгу и колонну	1. На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза 2. Ритмический танец «Полька» А. Арксоса	1. Первая, вторая, позиции рук и ног 2. Танцевальная разминка	Дробный топающий шаг по кругу	Танцевальная композиция «Новогодняя»
декабрь – 2 занятия					
1. Композиции, танцы 2. Движение	Бег по кругу и ориентирам («змейкой»)	1. На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза Ритмический танец «Если весело живется...»	1. Вторая, третья, позиции рук, третья и четвертая позиции ног 2. Танцевальная разминка	Сочетание приставных и скрещенных шагов в сторону	Танец «Падает снег»

декабрь – 2 занятия						
2.	Движение Композиции, танцы	Бег по кругу и ориентирам («змейкой»)	1. На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый счет – пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза Ритмический танец «Если весело живется...»	1. Вторая, третья, позиции рук, третья и четвертая позиции ног 2. Танцевальная разминка	Сочетание приставных и скрещенных шагов в сторону	Танец «Падает снег»
1.	Движение Композиции, танцы	Построение в круг	На каждый счет по очереди поднимают руки вперед, затем также опускают Музыкально-подвижная игра «Найди предмет» стр. 111 (Са-фи-дансе)	1. Полуприсяды, стоя боком к опоре. Выставление ноги на носок в сторону, стоя лицом к опоре. Повороты направо (налево), переступая на носках, держась за опору. 2. Танцевальная разминка	Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах.	Танец «Падает снег»
декабрь – 2 занятия, итого в месяц – 8 занятий						
2.	Движение Композиции, танцы	Построение в круг	На каждый счет по очереди хлопают в ладоши Игра «Найди предмет» стр. 111 (Са-фи-дансе)	Полуприсяды, стоя боком к опоре. Выставление ноги на носок в сторону, стоя лицом к опоре. Повороты направо (налево), переступая на носках, держась за опору.	Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах.	Танец «Падает снег»
1.	Движение Композиции, танцы	Передвижение шагом и бегом. Построение в круг	На каждый счет по очереди хлопают в ладоши Игра «Музыкальные стулья» стр. 114 (Са-фи-дансе)	1. Полуприсяды, стоя боком к опоре. Выставление ноги на носок в сторону, стоя лицом к опоре. Повороты направо (налево), переступая на носках, держась за опору. 2. Танцевальная разминка	Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах.	
январь – 2 занятия						

1. Движение 2. Композиции, танцы	Передвижение шагом и бегом. Построение в круг	Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – ослабление силы звука. Игра «Музыкальные стулья» - стр. 114 (Са-фи-дансе)	1.Полуприсяды, стоя боком к опоре. Выставление ноги на носок в сторону, стоя лицом к опоре. Повороты направо (налево), переступая на носках, держась за опору. 2.Танцевальная разминка	Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах.	
январь – 2 занятия					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение шеренгу в	1.Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. На четыре счета – поднять руки вверх. на четыре счета – опустить, вращательную 2.Ритмический танец «Лавота»	1.Руки в подготовительной позиции: 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 1-4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную 2.Танцевальная разминка	В кругу: четыре мягких шага к центру, восемь высоких шагов назад, четыре приставных шага вправо с хлопком, то же – влево.	1.Танец «Солдаты»
январь – 2 занятия, итого в месяц – 8 занятий					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение шеренгу, сцепление за руки.	1.Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. 1-4 – руки в сцеплении вверх 5-8 – руки вниз, 1-2 – руки в сцеплении вверх, 3-4 руки вниз, 5-8 повторить счет 1-4 1. Ритмический танец «Солдатики»	1.Руки в подготовительной позиции: 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 1-4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную 2.Танцевальная разминка	В кругу: четыре мягких шага к центру, восемь высоких шагов назад, четыре приставных шага вправо с хлопком, то же – влево.	1.Танец «Солдаты»
февраль – 2 занятия					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение шеренгу, сцепление за руки.	1. 1-4 – шаг вперед, руки в сцеплении вверх. 5-8 - шаг вперед, руки в сцеплении вниз 2.Ритмический танец «Солдатики»	Руки в подготовительной позиции: 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 1-4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную 2.Танцевальная разминка	В кругу: четыре мягких шага к центру, восемь высоких шагов назад, четыре приставных шага вправо с хлопком, то же – влево.	1.Танец «Солдаты» 2.Танец весны

Февраль – 2 занятия					
1. Движение Композиции, танцы	2. Построение вращательную	1.Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом под сильную долю такта: и.п. – стойка, руки на пояс; 1-2 – наклон вперед; 3-4 – выпрямиться; – притоп; 2. Ритмический танец «Солдатики»	1.Руки в подготовительной позиции: 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 1-4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную 2.Танцевальная разминка	Прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад, тоже с поворотом на 360 градусов	1.Танец «Солдаты» 2.Танец весны
Февраль –2 занятия					
1. Движение Композиции, танцы	2. Построение в шеренгу, за сцепление руки.	1.Выполнение простых движений руками в различном темпе: 1-4 – руки в сцеплении вверх 5-8 – руки вниз, 1-2 – руки в сцеплении вверх, 3-4 руки вниз, 5-8 повторить счет 1-4 2. Ритмический танец «Раз, два - поворот»	1.Руки в подготовительной позиции: 1-4 – в первую позицию. 5-8 – в третью позицию. 1-4 – во вторую позицию. 5-8 – в подготовительную 2.Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа	1.Танец «Солдаты» 2.Танец весны
Февраль – 2 занятия, итого в месяц – 8 занятий					
1. Движение Композиции, танцы	2. Музыкально- подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг (стр.124, «Са- фи-дансе»)	1.Выполнение простейших движений руками в различном темпе. 2. Ритмический танец «Раз, два -поворот»	1. Пятая и шестая позиции ног 2.Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа	1.Танец «Солдаты» 2.Танец весны
март – 2 занятия					

1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение круг	в	1.Выполнение простейших движений руками в различном темпе: И.п. – упор присев 1-4 – встать, руки вверх 5-8 упор присев. 2.Музыкально-подвижная игра «Усни-трава» (стр.127, «Са-фи-дансе»)	1. Пятая и шестая позиции ног 2.Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа	1.Танец весны
март – 2 занятия						
2. Движение 2.Композиции,	Построение круг	в	1. Занятие 1-2 (март) 2.Креативная гимнастика «Магазин игрушек» (стр.129, «Са-фи-дансе»)	1. Пятая и шестая позиции ног 2.Танцевальная разминка	Приставной и скрестный шаг в сторону, три притопа	Танец кукол
март – 2 занятия						
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение круг	в	1.Выполнение простейших движений руками в различном темпе: И.п. – основная стойка лицом в круг. 1-4 – руки плавно вверх. 5-8 –плавно вниз. 1-4 – плавно в стороны. 5-8 – плавно вниз. 2.Креативная гимнастика «Магазин игрушек» (стр.129, «Са-фи-дансе»)	1.И.п. – стоя лицом к опоре, руки на опоре. 1-2 – полуприсед 3-4 встать 5-8 – повторить 1-4 2.Танцевальная разминка	И.п. – стойка руки на пояс, левым боком к центру круга 1-8 - восемь прыжков с ноги на ногу, другую сгибая назад 1-8 – восемь таких же прыжков с поворотом на 360 градусов, руки в стороны	Танец кукол
март – 2 занятия,			итого в месяц – 8 занятий			
1. Движение 2. Композиции,	Построение круг	в	1. Повторить занятие 5-6 (март) 2.Музыкально-подвижная игра «Кот и мыши» (стр.135, «Са-фи-дансе»)	1.Повторить занятие 5-6 (март) 2.Танцевальная разминка	1.Повторить занятие 5-6 (март)	Танец кукол
апрель – 2 занятия						

1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в шеренгу	1. Движения руками: И.п. – правая рука вверх 1-4 – правая рука плавно вниз 5-8 – левая рука плавно вверх 2.Музыкально-подвижная игра «Кот и мыши» (стр.135, «Са-фи-дансе»)	1.Повторить занятие 5-6 (март) 2.Танцевальная разминка	1.Повторить занятие 5-6 (март)	Танец кукол
апрель – 2 занятия					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Построение в две шеренги напротив друга	1.Движения руками: 1-4 – 1 шеренга руки плавно вперед. 5-8 – 2 шеренга –тоже 1-4 – 1 шеренга руки плавно вниз 5-8 – 2 шеренга –тоже 2.Танцевально-ритм. гимнастика «Я танцую»	1. Пятая и шестая позиции ног 2.Танцевальная разминка	Приставные шаги поворотом вокруг себя	Вальс «Фантазия»
апрель – 2 занятия					
1. Движение 2. Композиции,	Музыкальная игра на построение в колонну, шеренгу, круг	1.Общеразвивающее упражнение с платочком (стр.138, «Са-фи-дансе») 2.Танцевально-ритм. гимнастика «Я танцую»	1. Пятая и шестая позиции ног 2.Танцевальная разминка	Приставные шаги поворотом вокруг себя	Вальс «Фантазия»
апрель – 2 занятия, итого в месяц – 8 занятий					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Музыкальная игра на построение в колонну, шеренгу, круг	1.Общеразвивающее упражнение с платочком (стр.138, «Са-фи-дансе») 2.Танцевально-ритм. гимнастика «Упражнение с платочком» (стр.139-140 «Са-фи-дансе»)	1. Пятая и шестая позиции ног 2.Танцевальная разминка	Приставные шаги поворотом вокруг себя	Вальс «Фантазия»
май – 2 занятия (диагностика)					
1. Движение 2. Композиции, танцы	Музыкальная игра на построение в колонну, шеренгу, круг	1.Общеразвивающее упражнение с платочком (стр.138, «Са-фи-дансе») 2.Танцевально-ритм. гимнастика «Упражнение с платочком» (стр.139-140 «Са-фи-дансе»)	1. Пятая и шестая позиции ног 2.Танцевальная разминка	Приставные шаги поворотом вокруг себя в парах	Вальс «Фантазия»
май – 2 занятия					

1. Движение 2. Композиции,	Построение в круг	1.Повторить весь комплекс 2.Музыкально-подвижная игра «Карлики и великаны» (стр. 146 «Са-фи-дансе»)	Упражнения пройденных элементов 2.Танцевальная разминка	из	Креативная гимнастика «Ай, да я!» (стр. 144 «Са-фи-дансе»)	Повтор пройденного материала.
май – 2 занятия – сюжетное «В мире музыки и танца»						
1. Движение 2. Композиции,	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по два	Танцевально-ритмическая гимнастика «Я танцую» импровизация на изученных танцевальных движениях	Танцевальная разминка - изученные комплексы	все	Креативная гимнастика «Ай, да я!» (стр. 144 «Са-фи-дансе»)	Конкурс «Лучший танцор»
май – 2 занятия, итого в месяц – 8 занятий						
1. Движение 2. Композиции,	Отчетный концерт кружка					

Всего за учебный год 64 занятия

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Занятия проводятся в физкультурном зале. Помещение должно быть проветрено, хорошо освещено.

№	ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОГО ОБОРУДОВАНИЯ	КОЛИЧЕСТВО
1	МУЗЫКАЛЬНЫЙ ЦЕНТР, компакт – диски	1
2	АТТРИБУТЫ: кегли, обручи, мячи разных размеров, скакалки, гимнастические палки, обручи, пособия для упражнений на дыхание, погремушки, платочки, шарфики, косынки.	По количеству занимающихся
3	ГИМНАСТИЧЕСКИЕ КОВРИКИ	
4	ДЕКОРАЦИИ (для проведения сюжетных занятий)	
5	КОСТЮМЫ	

**Программно-методическое обеспечение
кружка танцевально-игровой гимнастики «Са-Фи-Дансе»**

Название кружка	Название программы	Наличие учебно-методического обеспечения программы
«Са-Фи-Дансе»	<p>Танцевально-игровая гимнастика «Са-Фи-Дансе» авторы: Ж.Е. Фирилева Е.Г. Сайкина</p> <p>Рекомендована: Отделом дошкольного образования Экспертного совета Комитета по образованию администрации Санкт-Петербурга Санкт-Петербург «Детство-пресс» 2001</p>	<p>Учебно-методическое пособие. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс» Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. Спб, Детство-Пресс 2007</p> <p>Танцевальная мозаика Хореография в детском саду. С.Л. Слуцкая Линка-Пресс, М-2006</p> <p>«Танцы, игры, упражнения для красивого движения» Михайлова М.А. Воронина Н.В. Ярославль. Академия развития 2009</p> <p>Музыкальное приложение к программе «Танцевально-игровая гимнастика Са-Фи-Дансе» (второй год обучения)</p>

