

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 377 КИРОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»
(МОУ ДЕТСКИЙ САД № 377)**

400059, г. Волгоград,
ул. им. Кирова, 94а
Ул. Колосовая, д. 6а
E-mail: dou377@volgadmin.ru
Сайт: <http://mou377.oshkole.ru>

Телефон/факс: 8(8442)44-26-81

Утверждена на педагогическом совете
Протокол № 1 от «30» августа 2021г.

Вводится в действие приказом № 89 от 31.08.2021
Заведующий МОУ детским садом №377
_____ Л.А.Буравлева

**ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПЛАТНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УСЛУГ
«ДЖЕМ»**

Возраст детей 6 – 7 лет

Срок реализации: 8 месяцев

педагог дополнительного образования
Луценко Елена Анатольевна

1. Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе программы «Са – Фи – Дансе» по танцевально-игровой гимнастике (автор Фирилёва Ж.Е, Сайкина.Е.Г) и «Ритмическая мозаика» А.Бурениной, которая направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста. В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

1.1 Актуальность

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека. В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это танцевально-игровая гимнастика. 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, входящие в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности. По мнению Платона, «трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, который открыт и проверен опытом веков; он может быть выражен в двух положениях: гимнастика для тела и музыка для души... Ввиду этого воспитание в музыке надо считать самым главным: благодаря ему Ритм и Гармония глубоко внедряются в душу, наполняют ее красотой и делают человека прекрасно мыслящим... Он будет упиваться и восхищаться прекрасным, с радостью воспринимать его, насыщаться им и согласовывать с ним свой быт».

В Древней Греции музыка для воспитания и образования имела более глубокое значение, чем сейчас, и соединяла не только гармонию звуков, но и поэзию, танец, философию, творчество. Именно эти идеи важны для воспитания и в современном очень непростом и жестоком мире, и наверное, естественно стремление педагогов к воспитанию детей по «законам красоты», к воплощению в реальность прекрасной формулы Платона: «От красивых образов мы перейдем к красивым мыслям, от красивых мыслей – к красивой жизни и от красивой жизни – к абсолютной красоте».

Педагогическая целесообразность. Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

1.2 Направленность программы: художественно-эстетическая

1.3 Цель программы: является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики, что способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

1.4 Задачи программы:

1. Укрепление здоровья:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- формировать правильную осанку;
- содействовать профилактике плоскостопия;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:

- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, проприоцептивную чувствительность, 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 ручную умелость и мелкую моторику.

3. Развитие творческих и созидательных способностей занимающихся:

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

2. Условия реализации программы

Дополнительная общеразвивающая программа ориентирована на детей 6-7 лет и реализуется в форме кружка. Состав группы 10 человек. Продолжительность занятий 30 минут два раза в неделю в течении учебного года (8 месяцев).

В программе соответственно возрастным особенностям детей старшего дошкольного возраста подобраны игры, танцевальные движения, сюжетно-образные танцы. Содержание занятий строится на принципах деятельности, доступности, увлеченности, сознательности, учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка.

Методы обучения, используемые в программе.

Музыкальная разминка.

Движения выполняются под музыку. Используются различные виды ходьбы, бега и прыжки. Как правило разминка выполняется по кругу с продвижением вперед. В этой части упражнения даются с применением образов – например, «идем как цапля», «летим как птички», «прыгаем как зайчики».

Ритмическая гимнастика.

Выполнение общеразвивающих упражнений на месте под музыку с различными предметами и без них.

Игровой стретчинг.

Это упражнения на растяжку, развитие гибкости и силы, которые выполняются на полу. Они необходимы для того, чтобы ребенок мог владеть своим телом, а его движения были более точные и пластичные. Многие упражнения имеют свои названия.

Танцевальные движения.

Данный раздел направлен на формирование танцевальных движений у детей, что способствует повышению общей культуры ребенка и обогащению двигательного опыта разнообразными видами движений. В этот раздел входят танцевальные шаги, позиции рук, движения рук, ног, корпуса, хлопки, прыжки, построения и перестроения. Осваиваются виды движений различных танцев.

Сюжетно-образные танцы.

Сюжетно-образные танцы являются основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, в соответствии с текстом песни и особенностями музыки - характеру, ритму и темпу. Сюжетно-образные танцы направлены на развитие выразительности движений, чувства ритма, артистичности, развитие двигательной памяти в соответствии с музыкой и текстом песен. Использование сюжетно-образных танцев в работе с детьми способствует развитию умения воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение, характер и понимать ее содержание. Развивается музыкальная память, внимание, координация движений, пластичность, ориентация в пространстве. В этом разделе используются как правило изученные танцевальные движения.

Музыкальные игры. Все дети любят играть, поэтому в программе используются музыкальные игры различного характера, а именно: сюжетно - ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма, ориентации в пространстве.

Примерный план организации занятия танцевального кружка.

Вводная часть:

- построение и приветствие детей
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо

Подготовительная часть занятия:

- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки
- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика).

Основная часть занятия:

- игровой стретчинг
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных.
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных.

Заключительная часть:

- музыкальная игра
- построение, поклон

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

3. Целевые ориентиры результатов освоения программы

- овладение техникой основных двигательных и танцевальных движений;
- овладение выразительностью и красотой движения;
- овладение чувством ритма;
- возросший интерес к занятиям танцевально-ритмической деятельностью;
- укрепление иммунной системы организма;
- укрепление мышц позвоночника, стопы, диафрагмы, двигательного аппарата;
- развитие правильной осанки

4. Учебно-тематический план

октябрь	Занятие 1-2	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики) • приставные шаги в сторону • шаг с подскоком <p><i>Игроритмика</i> хлопки в такт музыки</p> <p>Построение в рассыпную</p> <p><i>Танцевальные шаги</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • шаг с носка, на носках <p><i>Общеразвивающие упражнения без предмета:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку • основные движения туловищем и головой <p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Найди свое место»</p> <p><i>Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные:</i> поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе.</p> <p>«Танец с зонтиками»</p>
	Занятие 3-4	<p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Нитка – иглолка»</p> <p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра) <p><i>Игроритмика</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ходьба сидя на стуле <p>хлопки в такт музыки</p> <p><i>Общеразвивающие упражнения с воздушными шарами</i></p> <p><i>Танцевальные шаги</i></p> <p>Комбинации из танцевальных шагов</p> <p><i>Подвижная игра</i> «Найди свое место»</p> <p><i>Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.</i></p> <p>Релаксация «Спокойный сон»</p>

		«Танец с зонтиками»
	Занятие 5-6	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • построение в шеренгу, в круг • приставные шаги в сторону шаг с подскоком <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • упражнения с султанчиками • «У оленя дом большой» <p><i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i></p> <p><i>Имитационно – образные упражнения на осанку</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «столбик» • «палочка»
	Занятие 7-8	<p>Сюжетное занятие «Осенняя прогулка»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Ритмический танец «Осенний марафон»</i> 2. <i>Общеразвивающие упражнения с осенними листьями</i> 3. <i>Танцевальная композиция «Осенние принцессы»</i> 4. <i>Танцевальная композиция «Дождя не боимся»</i> 5. <i>Музыкально – подвижная игра «Солнышко и дождик»</i> 6. <i>Игра «Подуй на осенний листочек»</i> <p>«Танец с зонтиками»</p>
Ноябрь	Занятие 9-10	<p><i>Музыкально – подвижная игра по ритмике</i> Построение врассыпную. Под музыку марша все маршируют в любом направлении</p> <p><i>Ритмический танец.</i> «Если весело живется ...»</p> <p>Комбинация в образно – игровых действиях</p> <ul style="list-style-type: none"> • группировка лежа на спине («качалочка») • перекатом вперед сед на ноги врозь («буратино») • лечь на спину, руки вверх («бревнышко») – перекаты вправо, (влево) <p><i>Подвижная игра «Зайчики и волк»</i></p> <p><i>Имитационно – образные упражнения в расслаблении</i> Лежа на спине, полное расслабление – поза «спящего»</p> <p>«Танец с зонтиками»</p>
	Занятие 11-12	<p><i>Музыкально – подвижная игра «Все по местам»</i></p> <p><i>Танцевальные шаги</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • шаг с носка, на носках <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Воздушные шары»</i></p> <p><i>Подвижная игра «Охотник и обезьяны»</i></p> <p><i>Музыкально-ритмическая композиция «Звериный разговор»</i></p> <p><i>Пальчиковая гимнастика</i></p> <p>Выполнение фигурок из пальчиков</p> <ul style="list-style-type: none"> • круг • очки • домик <p>«Танец с зонтиками»</p>

	Занятие 13-14	<p><i>Музыкально – подвижная игра по ритмике</i> Под музыку марша все маршируют в любом направлении, под звуки польки все прыгают. Побеждают те, кто не ошибется в задании.</p> <p><i>Общеразвивающие упражнения на стуле</i> <i>Ритмический танец:</i> «Цветы для мамы»</p> <p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Найди свое место в кругу»</p> <p><i>Имитационно – образные упражнения на дыхание</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Насос», «Шарик красный надуваем»
	Занятие 15-16	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • построение в колонну • перестроение в круг <p><i>Игроритмика</i> Различие динамики звука «громко - тихо» На громкую музыку – увеличение круга шагами назад от центра, на тихую музыку – уменьшение круга шагами вперед к центру. Комбинация в образно – игровых действиях</p> <ul style="list-style-type: none"> • группировка лежа на спине («качалочка») • перекатом вперед сед на ноги врозь («буратино») • лечь на спину, руки вверх («бревнышко») – перекаты вправо, (влево) <p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Эхо» <i>Упражнения на расслабление мышц</i> Потряхивания кистями рук – «воробушки полетели» «Танец с зонтиками»</p>
Декабрь	Занятие 17-18	<p><i>Креативная гимнастика</i> Импровизация движений под музыку <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Эхо» <i>Подвижная игра</i> «Перемена мест» <i>Ритмический танец.</i> «Лавота» Построение в круг. «Галоп шестерками» на приставном шаге. <i>Подвижная игра</i> «Квас»</p> <p><i>Пальчиковая гимнастика</i> Выполнение фигурок из пальчиков</p> <ul style="list-style-type: none"> • бинокль • лодочка цепочка «Танец березок»
	Занятие 19-20	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение в круг</p> <p><i>Игроритмика</i> Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет</p> <p><i>Танцевальные шаги</i> Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком</p> <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Снежинки» <i>Ритмический танец:</i> «Танец сидя» <i>Подвижная игра</i> «Чехарда» <i>Креативная гимнастика</i> «Море волнуется»</p>

		«Танец березок» <i>Креативная гимнастика «Создай образ»</i> Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа <i>Общеразвивающие упражнения с гантелями</i> <i>Игропластика</i> Специальные упражнения для развития силы мышц Морские фигуры <ul style="list-style-type: none"> • морская звезда • морской конек • краб • дельфин <i>Ритмический танец. «Все спортом занимаются»</i> <i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки: имитационно – образные упражнения «вороны»</i> «Танец березок»
	Занятие 21-22	
	Занятие 23-24	Сюжетное занятие «Путешествие в зимний сказочный лес» <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба, бег, прыжки, поскоки между снежинками 2. Танцевальная композиция со снежинками 3. Музыкально – подвижная игра <ul style="list-style-type: none"> • «Снежки» • «Роботы и звездочки» • «На оленьих упряжках» • «Снежные карусели» 4. Снежные Фигуры «Танец березок»
январь	Занятие 25-26	<i>Строевые упражнения:</i> Построение в шеренгу и колонну по распоряжению <i>Игроритмика</i> Различие динамики звука <i>Игропластика</i> Специальные упражнения для развития гибкости – морские фигуры <ul style="list-style-type: none"> • улитка • морской лев • медуза • уж <i>Ритмический танец. «Рок-н-ролл»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Отгадай, чей голосок»</i> <i>Дыхательные упражнения</i> <ul style="list-style-type: none"> • «Насос» • «Волны шипят» • «Ныряние» • «Подуем» «Танец березок»
	Занятие 27-28	<i>Строевые упражнения:</i> Перестроение из одной шеренги в несколько до ориентира <i>Игроритмика</i>

		<p>Бег по кругу и ориентирам («змейкой»)</p> <p>Комбинации акробатических упражнений в образно – двигательных действиях:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Ванька – встанька» • «Мальвина – балерина» • «солдатик» <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Хоровод»</i></p> <p><i>Музыкально – подвижная игра «Мы веселые ребята»</i></p> <p>Комбинации акробатических упражнений в образно – двигательных действиях:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «ласточка» <p>«березка»</p> <p>«Танец березок»</p>
	Занятие 29-30	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <p>Построение врассыпную</p> <p><i>Игроритмика</i></p> <p>Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения наклона, приседа, маха и т.д.)</p> <p><i>Хореографические упражнения</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • танцевальные позиции рук • полуприседы • подъемы на носки <p><i>Ритмический танец. «Мы пойдем сначала вправо»</i></p> <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Воздушная кукуруза»</i></p> <p><i>Музыкально – подвижная игра «Два мороза»</i></p> <p><i>Релаксация «На облаке»</i></p> <p>«Танец березок»</p>
	Занятие 31-32	<p><i>Сюжетное занятие «В мире сказок и приключений»</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сказочный лес: <ul style="list-style-type: none"> • переход через речку • по болоту • в пещере • переплывите через озеро 2. Сказочная зарядка 3. Ритмический танец «Бабка Ежка» <p>Музыкально – подвижная игра «Колдун»</p> <p>«Танец березок»</p>
Февраль	Занятие 33-34	<p>Акцентированная ходьба с махом руками, сгибание пальцев рук в кулак и разгибание</p> <p><i>Креативная гимнастика.</i></p> <p>Творческая игра</p> <p>«Кто я?»</p> <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Я танцую»</i></p> <p><i>Ритмический танец. «Каравай»</i></p> <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Кузнечики»</i></p> <p><i>Музыкально – подвижная игра «Совушка»</i></p> <p><i>Игропластика.</i> Специальные упражнения на развитие силы мышц: «змея», «ежик»</p> <p>«Танец березок»</p>

	Занятие 35-36	<p><i>Строевые упражнения:</i> «Солдатики»</p> <p><i>Игроритмика</i> Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом под сильную долю такта</p> <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «С платочками»</p> <p><i>Ритмический танец.</i> «Цветные ленточки»</p> <p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Ленточки – хвосты»</p> <p><i>Пальчиковая гимнастика</i> «Дружат наши пальчики» «Танец березок»</p>
	Занятие 37-38	<p>Сюжетное занятие «Аты – баты мы солдаты!»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Парад военных 2. Упражнения с флажками «Сигнальщики» 3. Полоса препятствий 4. Ритмический танец «Салютики» <p>Ритмический танец «Синий платочек» «Танец березок»</p>
	Занятие 39-40	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • передвижение по кругу шагом и бегом <p>Бег по кругу и по ориентирам</p> <p><i>Игроритмика</i> Удары ногой на каждый счет и через счет</p> <p><i>Танцевальные шаги.</i> Сочетание приставных и скрестных шагов в сторону</p> <p><i>Общеразвивающие упражнения</i> с мягкими игрушками</p> <p><i>Ритмический танец.</i> «Веселые игрушки»</p> <p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Золотые ворота»</p> <p><i>Креативная гимнастика</i> Специальные игровые задания «Магазин игрушек» «Танец березок»</p>
март	Занятие 41-42	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • построение в шеренгу • повороты переступанием, по распоряжению в образно – двигательных действиях «Лижники» <p><i>Хореографические упражнения</i></p> <p><i>Игропластика</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «велосипед» • «морская звезда» • «орешек» • «кобра» <p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Часики»</p> <p><i>Ритмический танец.</i> Полька «Добрый жук»</p> <p><i>Игропластика</i> Упражнения для развития гибкости</p> <ul style="list-style-type: none"> • «волшебник» • «змея» • «котенок» • «по-турецки» <p>Танец «Тарантелла»</p>
	Занятие 43-44	<p><i>Игра</i> «Поезд»</p>

		<p><i>Игроритмика.</i> На воспроизведение динамики звука. Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука. <i>Общеразвивающие упражнения с обручами.</i> <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка»</i> <i>Ритмический танец «Зарядка - Латина»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Аквариум»</i> <i>Игропластика.</i> Круговые движения кистями и пальцами рук</p> <ul style="list-style-type: none"> • «оса» «вертолет» Танец «Гарантелла»
	Занятие 45-46	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение в рассыпную <i>Общеразвивающие упражнения без предмета.</i> Сочетание упоров с движениями ногами (упор присев, упор сидя. упор стоя на коленях. упор лежа) <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика»</i> <i>Ритмический танец «Макарена»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» (с домиками)</i> <i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки</i> Контрастные движения руками на напряжение и расслабление Танец «Гарантелла»</p>
	Занятие 47-48	<p><i>Музыкально-подвижная игра</i> на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг. Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика» <i>Танцевальные шаги</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад <p><i>Ритмический танец.</i> «Шуточный рок-н-ролл» <i>Музыкально – подвижная игра «Горелки»</i> <i>Игропластика.</i> Упражнения для развитие мышечной силы в заданиях. Танец «Гарантелла»</p>
апрель	Занятие 49-50	<p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Замри-отомри» <i>Игроритмика</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • ходьба на каждый счет и через счет с хлопками <p>построение по ориентирам <i>Танцевальные шаги</i> Переменный и русский хороводный шаги <i>Общеразвивающие упражнения с гантелями</i> <i>Ритмический танец «Бабка-Ежка»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Усни-трава»</i> <i>Креативная гимнастика.</i> Специальные игроздания «Художественная галерея» Танец «Гарантелла»</p>
	Занятие 51-52	<p><i>Танцевальные шаги:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • шаг галопа вперед и в сторону <p><i>Музыкально – подвижная игра «К своим флажкам»</i> <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «С платочком»</i> <i>Ритмический танец «Кремена»</i> <i>Подвижная игра «День – ночь»</i></p>

		<p><i>Упражнения на расслабление мышц</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «медузы» • «звездочка» <p>Танец «Гарантелла»</p>
	Занятие 53-54	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • перестроение в две колонны • в два круга <p>Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Приходи сказка»</i> <i>Ритмический танец «Русский хоровод»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Ручейки и озера»</i> <i>Игропластика. Специальные упражнения на развитие мышечной силы</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • «укрепи животик» • «укрепи спинку» <p>Танец «Гарантелла»</p>
	Занятие 55-56	<p>Сюжетное занятие «День Победы»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Военный парад 2. <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Сигнальщики»</i> 3. Игры-эстафеты 4. <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Синий платочек»</i> <p>Танец «Гарантелла»</p>
май	Занятие 57-58	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <p><i>Игроритмика. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно</i></p> <p><i>Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками</i></p> <p><i>Ритмический танец: «Полька»</i></p> <p><i>Музыкально – подвижная игра «Веселый бубен»</i></p> <p><i>Креативная гимнастика «Ай, да я!»</i></p> <p><i>Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения</i></p> <p>Танец «Гарантелла»</p>
	Занятие 59-60	<p><i>Сюжетное занятие «В мире музыки и танца»</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ритмический танец «Веселая разминка» 2. Танцевально – ритмическая композиция «Олимпиада» 3. Ритмический танец «Карнавал», «Дружба» 4. Музыкально – подвижная игра «Затейники» <p>Креативная гимнастика «Делай как я, делай лучше меня»</p> <p>Танец «Гарантелла»</p>
	Занятие 61-62	<p><i>Строевые упражнения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • перестроение в две колонны • в два круга <p>Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Приходи сказка»</i> <i>Ритмический танец «Русский хоровод»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Ручейки и озера»</i> <i>Игропластика. Специальные упражнения на развитие мышечной силы</i></p>

		<ul style="list-style-type: none"> • «укрепи животик» • «укрепи спинку» <p>Танец «Гарантелла»</p>
	<p>Занятие 63-64</p>	<p><i>Креативная гимнастика.</i> Специальные задания «Танцевальный вечер» <i>Танцевальные шаги.</i> Комбинации на изученных танцевальных шагах <i>Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка»</i> <i>Бальный танец «Падеграс»</i> <i>Музыкально – подвижная игра «Музыкальные змейки»</i> <i>Игропластика</i> Упражнения для развития гибкости</p> <ul style="list-style-type: none"> • «бабочка» • «звездочка» • «рыбка» • «лягушка» <p>Танец «Гарантелла»</p>

5.Методическое обеспечение.

Предметы, используемые для реализации программы.

На занятиях по ритмике и танцу используются различные предметы: платочки, бубны, ленточки на кольцах, ленточки на палочках, обручи, плоские кольца, флажки, султанчики, погремушки, цветы, воздушные шарик, мячи, колокольчики, шляпки. Для открытых уроков и отчетных концертов используются также костюмы и дополнительные атрибуты, для яркости представления приобретенных навыков по программе.

Технические средства

Музыкальный центр, аудио материал

6.Перечень литературы

1. А.И. Буренина «Ритмическая мозаика», Санкт – Петербург 2000.
2. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Фитнес – Данс», Санкт – Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2007.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «СА – ФИ – ДАНСЕ», Санкт – Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2007.
4. Е.М. Гельфан «Игры и упражнения для маленьких и больших», Москва 1961.
5. Л. Минеева «Музыка балльных танцев», Санкт – Петербург «Композитор» 2002.
6. Н.А. Фомина «Сюжетно – ролевая ритмическая гимнастика», Москва «Детский сад – 2100» 2005.
7. Г. Франио, И. Лифиц «Методическое пособие по ритмике», Москва «Музыка» 1987.
8. Г. Вихарева «Играем с малышами», Санкт – Петербург «Композитор» 2007.
9. О.А. Вайнфельд, А.А. Талдыкин «Музыка, движение, фантазия!», Санкт – Петербург «ДЕТСТВО – ПРЕСС» 2002.
10. В.Г. Фролов, Г.Л. Юрко «Физкультурные занятия с детьми дошкольного возраста», Москва «Просвещение» 1983.