


**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ Г.ШАХТЫ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
Г.ШАХТЫ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«ГОРОДСКОЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета
МБУ ДО ГДДТ г. Шахты

Протокол № 1 от 29.08. 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО ГДДТ г. Шахты
 И.В. Агалакова

Приказ № 302 от 01.09.2025г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Солнечный лучик»**

Уровень программы: **ознакомительный**

Вид программы: **модифицированная**

Тип программы: **традиционная**

Возрастная категория: **от 5 до 7 лет**

Срок реализации программы: **2 года (72 ч)**

Форма обучения: **очная**

Условия реализации программы: **муниципальное задание**

Разработчик:

педагог дополнительного образования

Кухмистрова Анастасия Алексеевна

г. Шахты

2025 г.

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая «Солнечный лучик» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- приказом Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- методическими рекомендациями по проектированию дополнительных программ (включая разноуровневые программы), направленными письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242

Согласно Концепции развития дополнительного образования детей до 2030, в содержание программы введен воспитательный компонент, направленный на формирование у детей и молодежи общероссийской гражданской идентичности, патриотизма, гражданской ответственности, чувства гордости за историю России, воспитание культуры межнационального общения.

1.1.1. Направленность программы физкультурно-спортивная, так как она формирует жизненно необходимые двигательные навыки и приобщает детей к здоровому образу жизни.

Вид программы: модифицированная.

1.1.2. Актуальность и новизна и педагогическая целесообразность программы.

Новизна данной образовательной программы заключается в гармоничном соединении: физических упражнений с элементами художественных, так как именно это формирует жизненно необходимые двигательные навыки и приобщает детей к здоровому образу жизни.

Воспитание здорового подрастающего поколения граждан России – первоочередная задача нашего государства, от решения которой во многом зависит его будущее.

Однако за последнее десятилетие количество детей с проблемами в состоянии здоровья резко увеличилось, т.к. оно зависит прежде всего от образа жизни и двигательной активности ребенка. Гиподинамия ведет к нарушению структуры опорно-двигательного аппарата, пагубно влияет на состояние здоровья детей. В этой ситуации одним из главных средств профилактики заболеваемости выступают физические упражнения.

Дети и подростки проявляют особый интерес к спортивным играм и упражнениям. Исходя из этого, обучение ребенка двигательным действиям должно происходить при помощи музыки и танца.

Актуальность. Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях хореографией дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память.

Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Детская хореография – система мероприятий, направленная на развитие интеллектуального, физического, духовного, творческого потенциала обучающихся, на привитие навыков здорового образа жизни, поддержание нравственно-волевых качеств личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе, а так же способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и психическому развитию, социальной адаптации.

Возможности решений задач других образовательных областей через организацию и проведение занятий хореографией, можно представить в таблице.

Образовательная область	Содержание
ПОЗНАНИЕ	<ul style="list-style-type: none">– Ознакомление с организмом человека, его функциями; способами заботы о нем.– Упражнение в счете, ориентировке в пространстве.
КОММУНИКАЦИЯ	<ul style="list-style-type: none">– Развитие дыхательной системы.– Развитие умения общаться со взрослыми, сверстниками.– Развитие умения слушать, выполнять словесную инструкцию

МУЗЫКА	<ul style="list-style-type: none"> – Развитие умения согласовывать движения с музыкой. – Умение различать характер музыкальных произведений. – Развитие чувства ритма, тембрового слуха.
ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ТВОРЧЕСТВО	<ul style="list-style-type: none"> – Развитие мелкой моторики для работы с художественными материалами. – Развитие умения ориентироваться на плоскости. – Укрепление крупной мускулатуры для статических занятий.
СОЦИАЛИЗАЦИЯ	Умение действовать в окружающем социуме, подчиняться общим правилам поведения.
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	<ul style="list-style-type: none"> – Развитие физических качеств личности (гибкость, выносливость и координация) – Накопление и обогащение двигательного опыта детей. – Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности.
БЕЗОПАСНОСТЬ	– Формирование представления об опасных для человека ситуациях и способах поведения в них.
ТРУД	– Воспитание ценностного отношения к собственному труду, труду других людей и его результатам.

Педагогическая целесообразность. Музыкально – ритмические движения учат ребенка владеть своим телом, согласовывать свои движения с движениями других детей, изучать основные виды движений, способствует освоению элементов танца.

1.1.3. Отличительные особенности. Особенностью программы является синтез всех видов деятельности, как строевые упражнения, подвижные игры, гимнастические упражнения, танцы, дыхательные упражнения, релаксация. Это позволяет детям возраста в наиболее доступной, яркой, эмоциональной форме получить первые эстетические впечатления, помогающие формировать личность ребенка.

А подготовка детей к занятиям, поэтапное разучивание движений, чёткий показ руководителя с согласованными комментариями, учёт принципов систематичности и последовательности, помогают детям лучше научиться ориентироваться в окружающем пространстве, повышается естественная активность, движения становятся более точными, динамичными.

1.1.4. Адресат программы:

Программа «Солнечный лучик» рассчитана на детей в возрасте от **5 до 7**.

На первый год обучения дети принимаются по желанию, без предварительного отбора. Возможно зачисление на второй год обучения - по итогам тестирования по выявлению уровня подготовленности и развитости детей.

1.1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации

Уровень программы – ознакомительный. Срок обучения по программе составляет – 2 года.

Количество часов в неделю по годам обучения:

Год обучения	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год	Кол-во в группе
1-й год обучения	1	36	Не менее 15
2-й год обучения	1	36	Не менее 12

Объем программы: 72 часа

1.1.6. Форма обучения – очная.

Условием реализации программы на очном обучении с применением дистанционных технологий является наличие у педагога и обучающего (родителя/законного представителя) одного из устройств с выходом в сеть интернет: гаджета, компьютера или ноутбука.

При переходе на дистанционное обучение программа будет реализовываться с помощью интернет-сервисов: SberJazz, Сферум, МАХ и др.

Формы работы: занятия, игры, праздники, дни здоровья, подготовка спортивно-танцевальных постановок.

Типы занятий: ознакомительные, воспитательные, тренировочные, итоговые (сюжетно-ролевые, бессюжетные), а также таким детям даются элементы гимнастики, танцев.

В процессе реализации программы возможны как групповые, так и индивидуальные занятия, занятия с малым или переменным составом групп.

1.1.7. Особенности организации образовательного процесса

Занятия по данной программе не предполагают предварительного отбора детей по физическим качествам. Ограничением выступают только медицинские противопоказания.

1.1.8. Режим занятий

1 год обучения 1 раз в неделю по 1 часу

2 год обучения 1 раз в неделю по 1 часу

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

1.2.1. Цель программы «Солнечный лучик»: заключается в гармоничном развитии ребенка посредством музыкального воспитания и двигательной активности.

1.2.2. Задачи:

Образовательные задачи программы:

- Дать представления о ритме, динамике и мелодии.
- Научить различать темп и характер музыки.
- Научить осваивать связь между музыкой и движениями.
- Дать представление об основных элементах хореографии.

Развивающие задачи программы:

- Развивать чувство равновесия, ловкость и реакцию.
- Формировать музыкальный слух и ощущение ритма.
- Формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия.
- Побуждать творчество и самостоятельность детей, развивать и поддерживать инициативу и творческий потенциал детей.

Воспитательные задачи программы:

- Формирование положительного отношения к физическим нагрузкам и активной деятельности.
- Воспитание внимательности, терпения и ответственности.
- Внедрение ценностей взаимоподдержки и уважения среди участников группы.

Содержание занятий на каждом году обучения подобрано с учётом и соблюдением следующих принципов:

Принцип постепенного повышения требований, заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

Принцип систематичности – непрерывность и регулярность занятий. Систематические занятия способствуют не только достижению эффективности обучения, но и дисциплинируют детей, приучают их к методичной регулярной работе и доведению до конца начатого дела.

Принцип сознательности и активности, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение обучающегося к своим действиям. Для этого необходимо четко объяснять ребенку, что и как нужно выполнить, и почему именно так, а не иначе.

Принцип повторяемости материала, заключается в многократном повторении вырабатываемых двигательных навыков. Программным материалом предусмотрено многократное повторение упражнений, способствующих образованию двигательного стереотипа. Для поддержания интереса и привлечения внимания детей к занятиям необходимо вносить в повторяющиеся упражнения некоторые изменения, или предлагать разнообразные методы и приемы их выполнения.

Принцип гуманности выражается в безусловной вере в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в детском коллективе.

Принцип наглядности. На начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, поэтому очень важен высококачественный практический показ движений педагогом в сочетании с образным словом. После того, как разученное движение переросло в навык, образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

Данные принципы удачно реализуются и способствуют эффективности образовательного процесса только во взаимосвязи.

В результате реализации программы возможны индивидуальные занятия, занятия с малым или переменным составом групп.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации, диагностики, контроля
		Теория	Практика	Всего часов	
1	Введение в образовательную программу	1		1	
2	Физическое развитие	1	5	6	Эстафета
3	Партерная гимнастика	1	2	3	Опрос
4	Музыкально-ритмическая деятельность	1	9	10	Творческий номер
5	Основные движения элементов танца	1	7	8	Опрос, беседа
6	Музыкальные игры	1	4	5	Педагогическое наблюдение
7	Резервные часы		2	2	
8	Итоговое занятие		1	1	Творческий номер
Всего		6	30	36 часов	

1.3.2 Содержание учебного плана 1 года обучения

Раздел, тема	Тема занятия
Введение в образовательную программу	Теория. 1. Введение в программу 2. Знакомство с понятиями: ритмика, класс, середина зала, право-лево, круг, линия, шеренги
Физическое развитие	Теория 1. Форма спортивной деятельности 2. Знакомство со спортивным инвентарем: скакалка, мяч, обруч, скамья, «шведская стенка», баскетбольное кольцо. 3. Правила безопасности на занятиях со спортивными предметами.
	Практика 1. Броски «мешочков» в цель. 2. Скамья: ходьба, лазание. 3. Ходьба по «кирпичикам», по «шпалам» 4. «Шведская стенка»- лесенка, перекладина.

	<p>5. Прыжки на одной ноге.</p> <p>6. Эстафета.</p>
Партерная гимнастика	<p>Теория</p> <p>1. Знакомство с понятиями вверх – вниз, в сторону</p>
	<p>Практика</p> <p>1. Развитие мышечного чувства.</p> <p>2. Развитие отдельных мышц и подвижности суставов.</p> <p>3. Упражнения на партере:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сидя на полу с опорой на руки; - лежа на спине; - лежа на животе; <p>4. Дыхательная гимнастика</p>
Музыкально-ритмическая деятельность	<p>Теория</p> <p>1. Музыкальная динамика: тихо - громко, быстро - медленно.</p> <p>2. Прослушивание музыки.</p> <p>3. Музыкальный размер.</p> <p>4. Сильная доля в музыке.</p>
	<p>Практика</p> <p>1. Подготовительные упражнения.</p> <p>2. Исходные положения.</p> <p>3. Хлопки и притопы.</p> <p>4. Переход от умеренного к быстрому темпу в музыке</p> <p>5. Построение и перестроение группы.</p> <p>6. Сильная доля в музыке.</p>
Основные движения элементов танца	<p>Теория</p> <p>1. Разновидность танца.</p>
	<p>Практика</p> <p>1. Танцевальные шаги в образах животных.</p> <p>2. Основные элементы танца: ходьба, бег, прыжки, повороты.</p> <p>3. Танцевальные комбинации на середине зала.</p> <p>4. Элементы хоровода, польки.</p> <p>5. Постановочная работа Танец «Полечка друзей»</p>
Музыкальные игры	<p>Теория</p> <p>1. Понятие «водящий».</p> <p>2. Музыкальные паузы.</p>
	<p>Практика</p> <p>1. Музыкально-пространственные игры.</p> <p>2. Игровые упражнения с предметом.</p> <p>3. Сюжетные игры.</p>
Резервные часы	Повторение или закрепление пройденного материала
Итоговое занятие	Подведение итогов, творческий номер

1.3.3.УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля, диагностики, аттестации
		Теория	Практика	Всего часов	
1	Вводное занятие	1		1	
2	Физическое развитие	1	5	6	Опрос, конкурс
3	Партерная гимнастика	1	2	3	эстафета
4	Музыкально-ритмическая деятельность	1	9	10	Опрос, беседа
5	Основные движения элементов танца	1	7	8	Творческий номер
6	Музыкальные игры	1	4	5	Опрос, беседа
7	Резервные часы		2	2	
8	Итоговое занятие		1	1	Творческий номер
Всего		6	30	36 часов	

1.3.4 Содержание учебного плана 2 года обучения

Раздел	Тема занятия
Вводное занятие	Теория 1. Спорт-здоровье! 2. Знакомство с новым спортивным инвентарем 3. Повторение пройденного материала 1-го года обучения.
Физическое развитие	Теория 1. Правила проведения спортивной эстафеты 2. Ознакомление с новыми спортивными снарядами (кольцеброс, шпала, карусель)
	Практика 1. Броски мячом в баскетбольное кольцо. 2. Ходьба по «рельсе» 3. «Шведская стенка», кольца, канат. 4. Комплекс упражнений для спортивной эстафеты. 5. Кольцеброс, карусель, препятствия, «кенгуру», пробежка по скамье.
Партерная гимнастика	Теория 1. Строение тела

	Практика <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения на партере: <ul style="list-style-type: none"> – Сидя на полу с опорой на руки; – Сидя без опоры рук – Лежа на боку; 2. Упражнения на выворотность
Музыкально-ритмическая деятельность	Теория <ol style="list-style-type: none"> 1. Прослушивание музыкальных произведений 2. Контрастная музыка: грустная - веселая. 3. Логика поворотов и перестроений одних рисунков в другие
	Практика <ol style="list-style-type: none"> 1. Исходные положения. 2. Развитие «Мышечного чувства». 3. Развитие отдельных мышц и подвижность суставов.
Основные движения элементов танца	Теория <ol style="list-style-type: none"> 1. Прослушивание русской народной музыки 2. Русский характер в танце 3. Знакомство с русским костюмом
	Практика <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения (пружинные, круговые, маховые) 2. Совершенствование приемов движения (ходьба, бег, прыжки) 3. Танцевальные комбинации в паре. 4. Элементы русской пляски 5. Танцевальные элементы современного танца. 6. Постановочная работа «Полонез»
Музыкальные игры	Теория <ol style="list-style-type: none"> 1. Обсуждение музыкальных и сюжетных игр. 2. Музыкальные образы в игре
	Практика <ol style="list-style-type: none"> 1. Сюжетные музыкальные игры 2. Игры и упражнения с предметами 3. танцевально-игровые этюды
Резервные часы	Повторение или закрепление пройденного материала
Итоговое занятие	Творческий номер, подведение итогов

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Не эпизодическое, а последовательное, систематическое включение заинтересованных детей в стабильно функционирующее творческое объединение «Солнечный лучик», помогут учащимся достигнуть следующих результатов:

Личностные:

- Сформируется положительное отношение к занятиям физической активностью.
- Выработаются качества внимания, усидчивости и личной ответственности.
- Сформируются ценности коллективизма, взаимопомощи и уважительного взаимодействия друг с другом.

Метапредметные:

- Разовьются чувства баланса, координации и быстроты реакции.
- Улучшится музыкальный слух и способность чувствовать ритм.
- Приобретутся навыки поддержания правильной осанки и профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата.
- Стимулирование творческих способностей и развитие инициативности у обучающихся.

Предметные

- Освоят понятия ритма, динамики и мелодии в музыке.
- Научатся различать темп и характер музыкальных произведений.
- Овладеют основами связи движений тела с музыкальным сопровождением.
- Научатся понимать и выполнять базовые элементы хореографического искусства.

В процессе реализации программы важно не потерять зародившееся в ребенке творческое начало.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Форма «Календарный учебный график» размещена в Приложении 1.

2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.2.1 Кадровое обеспечение

Программа «Солнечный лучик» реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, профессиональную переподготовку по программе «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

2.2.2 Материально-техническое обеспечение

Для успешной работы и обеспечения прогнозируемых результатов необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

Материально-техническое обеспечение

1. Музыкальная аппаратура
2. Скамья 2 штуки
3. Шарики
4. Коврик

2.3 ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И АТТЕСТАЦИИ

Формы контроля за усвоением программы

1. Педагогическое диагностирование умений и навыков.
2. Отслеживание физической формы.
3. Отслеживание взаимоотношений в коллективе

Для определения уровня подготовленности детей педагог проводит начальную диагностику, данные которой помогают выявить уровень развития и подготовленности детей к занятиям, уровень физического развития, выявить физические недостатки.

Критерии оценки

1. Физические данные.
2. Музыкально-ритмические данные.
3. Эмоциональности.

Уровень оценки

Качество знаний и умений оценивается по трехбалльной системе:

1. балл – низкий уровень усвоения,
2. бала – средний уровень усвоения,

3.бала – высокий уровень усвоения.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Критерий оценки	Уровень освоения (обладания)		
	Низкий	средний	высокий
Физические данные	Заметны различные отклонения в осанке, походке; нет гибкости стопы; незначительная гибкость тела; небольшая высота прыжка	Нормальная осанка, хорошая походка, гибкость стопы; недостаточная гибкость тела; небольшая высота прыжка	Красивая осанка и походка, хорошая гибкость и эластичность стопы; хорошая гибкость тела; легкий, высокий прыжок
Музыкально-ритмический уровень	Слабо владеет музыкально-ритмическими навыками, не чувствителен к ритму и темпу музыки. Движения не уверенные, часто «в разрез» с музыкой. Не умеет вступать в нужной доле такта.	Достаточно музыкально и ритмично исполняет движения. Двигаясь, ощущает построение музыкальной фразы, схватывает характер счета в ритмических упражнениях, справляется с отсчетом ритма. Несколько неуверенно исполняет движения при темповом изменении в музыке – торопится или наоборот опаздывает с музыкой. Заторможенность мешает вовремя вступать на нужной доле музыкального такта.	Музыкально исполняет движения, хорошо развито чувство ритма. Чутко реагирует на интонации и темповые оттенки звучания. Двигаясь, ребенок правильно ощущает построение музыкальных фраз, схватывает характер счета, легко справляется с ритмическими заданиями. Безошибочно вступает на нужной доле музыкальной фразы. Танцует красиво и ритмично.

Эмоциональные данные	Подавленный, напряженный общий вид, бедная, маловыразительная мимика, не в состоянии выразить свое эмоциональное состояние, не развиты эмоционально-выразительные движения рук, неадекватно использует жест.	Видит разные эмоциональные состояния, пытается выразить свои эмоции мимикой жестом, не проникая в образ.	Распознает и оценивает свои эмоции и эмоции других людей по мимике и жестам. Проявляет произвольную активность, развиты эмоционально-выразительные движения рук, адекватно использует жест, высокий уровень включенности в образ.
----------------------	--	--	---

2.4 ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

Диагностический инструментарий используется для определения достижения конечных результатов. Диагностирование включает в себя контроль, проверку, оценивание, накопление статистических данных, их анализ, выявление динамики, тенденций, прогнозирование дальнейшего развития событий. При проведении диагностических мероприятий используется метод тестирования.

Хореографическое искусство всегда привлекало, и будет привлекать внимание детей. Танец – это прекрасный вид искусства, в котором сочетается музыка и пластика движения, а также танец это средство всестороннего и гармонического развития ребёнка.

Неотъемлемым компонентом образовательного процесса является диагностика, с помощью которой определяется результат достижения поставленных целей. Без диагностики невозможно эффективное управление дидактическим процессом, а так же быстрое достижение успехов в хореографии и танцевальном искусстве. Педагогическая диагностика важна не сама по себе, а тем, что обеспечивает обратную связь в педагогической системе.

Диагностирование включает в себя контроль, проверку, оценивание, накопление статистических данных, их анализ, выявление динамики, тенденций, прогнозирование дальнейшего развития событий. При проведении диагностических мероприятий в хореографическом коллективе чаще всего и наиболее успешно используется метод тестирования. Тесты разделяются на два вида – индивидуальные и групповые, которые позволяют диагностировать динамику какого-либо процесса как у одного тестируемого, так и у группы в целом, что даёт более развернутую картинку исследуемой проблемы. Следует отметить, что специфика тестирования в условиях хореографического коллектива несколько отличается от общепринятой, здесь применяются тест – игра, тест – движение, тест – импровизация.

Критерии оценки

1. Личностные (педагогическое наблюдение)
2. Метапредметные (педагогическое наблюдение, тестирование)
3. Предметные (педагогическое наблюдение, тестирование)

Уровень оценки

Качество знаний и умений оценивают по трехбалльной системе

- 1 балл – низкий уровень усвоения
- 2 балла – средний уровень усвоения
- 3 балла – высокий уровень усвоения

Оцениваемые параметры	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Баллы	Методы диагностики
Личностные				
Отношение к занятиям физической активностью	Желание посещать занятия, уровень активности на занятиях	Высокая мотивация заниматься спортом, заинтересованность в достижении высоких результатов;	1	Педагогическое наблюдение
		Выполнение требований преподавателя, проявление интереса к некоторым видам упражнений;	2	
		Негативное восприятие физической активности, нежелание заниматься	3	
Качества внимания, усидчивости и личной ответственности	Умение сосредотачиваться, настойчивость, осознание собственной роли и обязательств.	Устойчивое внимание, организованность, высокая ответственность;	1	Педагогическое наблюдение
		Средний уровень сосредоточенности, эпизоды невнимания, адекватная ответственность;	2	
		Нестабильное внимание, импульсивность, низкая ответственность.	3	
Сотрудничество, работа в команде	Готовность сотрудничать и оказывать помощь, развивать атмосферу доверия и взаимоподдержки среди сверстников.	Активная поддержка, сотрудничество, толерантность;	1	Педагогическое наблюдение
		Поддерживающая позиция, проявляют помощь избирательно.	2	
		Слабая поддержка, пренебрежение потребностями других, конфликты.	3	
Метапредметные				
Физико-моторные навыки	Показатели равновесия, ловкости движений, скорость реагирования .	Уверенный баланс, отличная координация, быстрая реакция;	1	Педагогическое наблюдение Тестирование
		Стабильность средней степени, удовлетворительная координация,	2	

		стандартная реакция; Проблемы с удержанием равновесия, замедленная реакция, плохая координация.	3	
Восприятие музыки и ритма	Точность восприятия музыкальных интервалов, ощущение ритмической структуры	Отличное распознавание мелодий, точное воспроизведение ритмов;	1	Педагогичес кое наблюдение Тестировани е
		Среднее понимание мелодии, повторение простых ритмов;	2	
		Затруднено определение высоты звука, плохое восприятие ритма.	3	
Осанка	Правильност ь положения тела, ровность спины, общее физическое самочувстви е.	Правильная осанка, хорошее состояние здоровья позвоночника;	1	Педагогичес кое наблюдение Тестировани е
		Небольшие нарушения осанки;	2	
		Значительные отклонения осанки.	3	
Креативность и активность учащихся.	Творческие способности и инициативно сть обучающихс я	Яркие творческие идеи, инициативность в новых начинаниях;	1	Педагогичес кое наблюдение
		Хорошие творческие задатки, умеренно проявляемая инициатива;	2	
		Слабые креативные способности, пассивность в действиях.	3	
Предметные				
Понимание основ музыкальной терминологи и.	Владение понятием музыкальн ого ритма, динамичес кими оттенками и мелодическ ой структурой и упражнени ями	Четкое понимание всех трех понятий, свободное оперирование ими;	1	Педагогичес кое наблюдение Тестировани е
		Освоены два понятия, одно требует доработки;	2	
		Поверхностное представление, неспособность применить знания на практикею	3	

	партерной гимнастики			
Навык дифференцировки характеристик музыкальных композиций.	Умение определять темпы и особенности характера произведения.	Легко определяет и объясняет различия между произведениями разных темпов и жанров;	1	Педагогическое наблюдение
		Узнает общие характеристики, ошибается в нюансах;	2	
		Путаница в определении скорости и настроения композиции	3	
Координация движений под музыку.	Синхронизация двигательных реакций с музыкой.	Движения идеально совпадают с музыкальным ритмом;	1	Педагогическое наблюдение Тестирование
		Небольшая задержка, колебания в точности исполнения;	2	
		Значительное отставание или опережение ритма.	3	
Техника владения основными движениями танца	Выполнение базовых шагов и позиций хореографии	Идеальное исполнение элементов, точность движений;	1	Педагогическое наблюдение Тестирование
		Большинство элементов выполнены правильно, некоторые требуют коррекции;	2	
		Серьезные ошибки в технике и исполнении	3	

2.5 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Двигательная активность выполняет роль своеобразного регулятора роста и развития молодого организма, является необходимым условием для становления и совершенствования ребенка как биологического существа и социального объекта.

Для мобилизации и развития двигательных качеств детей был разработан комплекс физических упражнений:

Данный комплекс направлен на:

- формирование эмоционально-положительной установки к физкультурным занятиям;
- улучшение мышечного тонуса;
- устранение недостатков в физическом развитии;
- развитие двигательной активности;
- обогащение внутреннего мира;

-развитие внимания, воображения, укрепления воли

Дети редко используют опыт двигательных навыков приобретенных на занятиях. В то же время, если любое движение показывать как игровое, закреплять во время проведения подвижных игр, то эти движения легко осваиваются, запоминаются и прививают детям привычку к регулярным занятиям физическими упражнениями.

В связи с этим каждое занятие программы обладает отличительной особенностью, проявляющейся в творческой разработке и включении его в единый познавательный сюжет. Дети не терпят однообразия, внимание их быстро рассеивается, терпения хватает ненадолго. Активность и интерес детей к занятиям стимулируется смыслообразующимися игровыми мотивами – введение педагогом спортивно-соревновательных упражнений, охватывающих почти все занятие.

Поэтому основной формой проведения занятий в программе являются спортивно-игровые занятия.

В организации физкультурных занятий применяются следующие методы:

- спортивные игровые занятия по перевоплощению в образ по теме занятия, создание музыкальной композиции образа;
 - соревновательные упражнения с предметами;
 - игровые задания и придумывание дальнейшего плана действий и подвижных игр по тематике задания;
 - практический метод, обеспечивающий действенную проверку правильности восприятия движений в образной форме или с использованием элементов соревнования.
- Педагогическая помощь, оказываемая в ходе проведения занятий, позволяет ребенку:
- активно участвовать в занятиях;
 - чувствовать себя свободно, не бояться затруднений, не испытывать замешательства и неловкости;
 - активно познавать окружающий мир;
 - реализовать свои потенциальные возможности, личностные резервы, обеспечивающие развитие двигательной активности;
 - активизировать общение взрослого с ребенком.

Таким образом, комплекс физических упражнений эстафет способствует отличному здоровью и несет детям душевное равновесие. Организованная данным образом деятельность решает двуетадивную задачу: повышает интерес к занятиям, что позволяет целенаправленно и эффективно стимулировать и актуализировать возможности ребенка в двигательной сфере, и способствует развитию двигательной активности, рассматриваемой как главный источник и побудительная сила охраны здоровья детей.

На занятиях большое внимание уделяется музыкально-ритмической деятельности. С ее помощью совершенствуются процессы высшей нервной деятельности: развивается способность анализировать, обобщать, делать простейшие умозаключения, улучшается произвольная память. Появляются элементы творчества во всех видах детской деятельности.

Возможность выразить свои чувства в движении, внимательно слушая музыку, в огромной степени влияет на способность ребенка контролировать свои движения и делать их более гармоничными. Взаимосвязь музыки и движения как бы перекидывает мост от эмоционально-духовного к конкретно - физическому. Это сочетание духовного и физического необходимо человеку.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональной окрашенностью, возможностью активно выразить отношение к музыке в движениях.

Благодаря этой деятельности удовлетворяются естественные потребности детей в движениях

Необходимо приучить детей перед выполнением движений под музыку правильно занять исходное положение, соблюдать координацию движения рук и ног, следить за осанкой.

Педагог должен добиваться не просто усвоения какого-либо движения, а качественного, выразительного его исполнения. Свобода, естественность, отсутствие всякого напряжения – вот что должно быть характерным при выполнении детьми музыкально-ритмических движений.

Система движений выстроенная по принципу от «простого к сложному, с учетом всех необходимых музыкально-ритмических навыков выразительного движения, при условии многократного повторения заданий, поможет успешному выполнению требований программы.

Дети пяти-семи лет способны осмыслить указания педагога, и опираясь на имеющийся опыт, без показа выполнить некоторые музыкально-ритмические задания. Образное сравнение, используемое педагогом при объяснении того или иного движения, помогает детям правильно и выразительно его выполнить.

Музыкально-ритмические упражнения помогают ребенку научиться владеть своим телом, координировать движения, согласовывая их с движениями других детей, учат пространственной ориентировке. Укрепляют основные виды движений, способствуют освоению элементов плясок, танцев. Игры, углубляются навыки обращения с различными предметами.

К концу 1-го года обучения дети имеют большой запас основных танцевальных движений. Устойчивых музыкально-ритмических навыков. Все это создает благоприятную почву для последующей работы. Музыкально-ритмическая деятельность детей – яркий, эмоциональный путь передачи музыкально-эстетических переживаний.

Весь процесс обучения строится на сознательном усвоении навыков. Это пробуждает у детей интерес к занятиям.

Занятия должны идти в хорошем темпе, не следует долго отрабатывать одно и то же движение.

Малыши быстро устают, допускают много ошибок при исполнении, забывают пройденное. Поэтому, проводя цикл упражнений, выпрямляющий спинки малышей и растягивая им нужные мышцы, руководитель должен находить время и для игры и для улыбок.

Занятия способствуют развитию координации, моторной памяти, выработки здоровой осанки. Систематические занятия соразмерно развивают фигуру, могут помочь в устранении некоторых физических недостатков.

Раздел физическое развитие

При выполнении физических упражнений по предложенным педагогом условиям с подбором знакомых детям движений у ребят формируются мышечно-двигательные навыки, укрепляется здоровье, проявляются качества взаимовыручки и организованности.

Дети с интересом повторяют пройденный материал, осваивают новые физические упражнения и тактику эстафеты.

Ребята 1-го года обучения проходят эстафету поочередно, выполняя все этапы эстафеты индивидуально, а 2-й и 3-й год обучения соответствуют группами. Соревнование в эстафете сплачивает коллектив, развивает координацию движений у детей, быстроту, ловкость и внимание.

Этапы эстафеты 1-го года обучения

1. «Скамья» - ходьба по скамье.
2. «Змейка – прыжки на одной ноге
3. «Мешочки» - бросок мешочков в цель;
4. Лесенка – подняться и спуститься;
5. «Лыжня» - лазанье по скамье»;
6. «Скамья» - лазанье по скамье;
7. «Болотце» - хождение по кочкам»
8. «Барьер»- шаги с препятствиями;
9. «Тоннель» - лазанье в замкнутом пространстве;
10. «Веревочка» - хождение по линии.

Этапы эстафеты 2-го года обучения.

1. «Скамья» - пробежка по скамье»
2. «Кенгуру» - прыжки с двух ног»(с мячом);
3. «Лыжня» - лазанье по скамье»;
4. «Барьер» - лазанье с препятствиями;
5. «Рельса» - ходьба по одному бруску;
6. «Кирпичики» - ходьба по «кирпичикам»;
7. «Кольцеброс» - броски в цель;
8. «Скамья» - пробежка о скамье с предметом(мяч);
9. «Карусель» - пройти через препятствие группой;
10. «Кольцо» - бросок в цель.

Партерная гимнастика

Основное достоинство гимнастики как средства физического воспитания детей заключается в том, что она располагает большим разнообразием физических упражнений и методов, при помощи которых можно оказать положительное воздействие на организм ребенка, способствовать развитию его двигательного аппарата и оснащать его необходимыми двигательными навыками, например, формировать правильную осанку. Доступность средств и их разнообразие позволяют создавать хорошую основу для решения многих

специальных задач. Например, целенаправленные комплексы гимнастических упражнений применяются в качестве корригирующих, а также повышают тонус утомленных мышц, восстанавливают работоспособность и утраченные двигательные функции. Такие комплексы могут быть направлены также на развитие силы, укрепление суставов и повышение их подвижности; они активно воздействуют на сердечно-сосудистый, нервно-мышечный, и костно-связочный аппарат человека.

Простые гимнастические упражнения помогают исправлять различные физические недостатки детей. Они тренируют мышцы, активизируют их работу, развивают быстроту, четкость, размах движений, помогают осознать направление и форму движений. Задача гимнастики в хореографической деятельности:

- совершенствование устойчивости, смелости, выносливости и ловкости;
- расширение запаса двигательных навыков.

Развитие мышечного чувства

Расслабление мышц плечевого пояса.

Расслабление и напряжение мышц корпуса

Поднимать и опускать плечи.

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

Простые гимнастические упражнения помогают исправлять различные физические недостатки детей. Они тренируют мышцы, активизируют их работу, развивают быстроту, четкость и размах движений, помогают осознать направление и форму движений.

1. Наклоны, выпрямления и повороты головы.
2. «Паровозики» (круговые движения плечами).
3. «Растягивать резинку (разведение рук в стороны с напряжением).
4. Упражнения для кистей рук.
5. Перелезать через сцепленные руки.
6. Полуприседания.
7. Вставание на «полупальцы»
8. Выставление ноги на носок, на пятку.
9. Поднимание согнутой в колене ноги.

Описание упражнений на партере

Упражнения для ступни.

Упражнения для голени мышц

Укрепления для укрепления мышц пресса

Медленное поднятие ноги на 90 градусов(лежа на спине).

Взмахи ног лежа на спине.

«Кошечка» (прогиб корпуса стоя на коленях)

Освоение приемов движений на партере

Простые гимнастические упражнения помогают исправлять различные физические недостатки детей. Они тренируют мышцы, активизируют их работу, развивают быстроту, четкость, размах движений, помогают осознать направление и форму движений.

Так как опорно-двигательный аппарат и мышечная система многих детей

бывают слабой, то они быстро устают от статического положения. Сменить положение и ослабить нагрузку позволяет партерная гимнастика, которая включает в себя простейшие упражнения для развития мышц шеи, спины, ног, живота. Упражнения могут выполняться сидя, лежа на спине, на животе, на боку. Постепенно эти упражнения усложняются и добавляются новые более сложные.

Упражнения на партере.

1. Упражнения на укрепление мышц шеи и головы.
2. Упражнения на укрепление мышц стопы.
3. Упражнения на укрепление мышц голени.
4. Упражнения, укрепляющие мышцы спины: «День — ночь», «Змейка», «Рыбка».
5. Наклоны корпуса (сидя на полу).
6. Взмахи «вперед-назад».
7. Упражнение «Велосипед».
8. Боковые взмахи.
9. Упражнение «Корзиночка».
10. Упражнение «Кораблик».
11. Упражнения, развивающие подъем стопы: вытягивание и сокращение стопы; круговые движения стопой.
12. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника: «лодочка»; «складочка»; «колечко».
13. Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса: «ступеньки»; «ножницы».
14. Упражнения, развивающие подвижность тазобедренного сустава: «Неваляшка», «Passe' с разворотом колена».
15. Упражнения, развивающие выворотность ног: «Звездочка», «Лягушка».
16. Упражнения на растягивание мышц и связок: «Боковая растяжка», «Растяжка с наклоном вперед», «Часы».

Музыкально-ритмическая деятельность

Цель музыкально-ритмической деятельности — улучшить способность к восприятию музыки и двигательному ее выражению, воспитать танцевальность, грациозность.

Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные задания, упражнения, игровое творчество и является составной частью занятий.

Дети приобретают опыт музыкального восприятия. Создается эмоциональный настрой во время занятий.

Оформление занятия:

-правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполняемым движением, т.е. соблюдение принципа «музыка-движение».

Приобретение навыков:

- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приемом преподавания;

- научить ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо, громче, тише), регистрам (высокий,

средний, низкий);

- переходить от умеренного к быстрому или медленному темпу;
- отмечать в движении метр (сильную долю такта), метрическую пульсацию и простейший метрический рисунок в хлопках и притопах;
- менять движения в соответствии с двух - трехчастной формой и музыкальными фразами;
- закрепить понятие о трех основных жанрах музыки (песня, танец, марш);

Задача музыкального движения – воспитать у детей умение слушать, воспринимать, оценивать музыку, развивать у них любовь к музыке и потребность в ней, готовить из них будущих чутких слушателей и любителей музыки, черпающих в ней вдохновение, радость, поддержку, пробуждать в них художников.

Занятия музыкальными движениями должны развивать музыкальность детей. Музыкальность характеризуется способностью переживать содержание музыкального процесса в его целостности – чувствовать музыкальный образ.

Музыкально-ритмическая деятельность привлекает детей своей эмоциональной окрашенностью, возможностью активно выразить отношение к музыке в движениях. Благодаря этой деятельности, удовлетворяется естественная потребность детей в движениях.

Подготовительные упражнения.

Подготовительные упражнения не служат задачам передачи детьми музыкально-двигательного образа. Они разучиваются и исполняются без музыки, под счет или в индивидуальном ритме и должны воспитывать у детей навыки, которые помогут им избежать ошибок при выполнении движений в музыкально-двигательных заданиях.

Подготовительные упражнения:

- 1) учат детей принимать правильные исходные положения;
- 2) способствуют осознанию работы двигательного аппарата;
- 3) укрепляют отдельные группы мышц и увеличивают подвижность суставов;
- 4) воспитывают навыки построения и перестроения детского коллектива.

Разучивание исходных положений

Качество движения детей в музыкально-двигательных упражнениях, играх, танцах в большей степени зависит от исходного положения. Правильное исходное положение внешне и внутренне организует детей, мобилизует их внимание, активизирует их, как бы настраивая на предстоящее движение.

1. Основное положение: стоя – основная стойка.
2. Положение – сидя на партере.
3. Положение рук.

Построения и перестроения группы

Овладение простейшими строевыми навыками с первых занятий помогает внешне и внутренне организовать группу и обеспечить нормальную работу

В дальнейшем дети приобретают умение быстро и просто исполнять перестроения, которые им понадобятся в музыкальных упражнениях, играх, танцах.

1. Основное построение группы на уроке;

2. Построение в колонну;
3. Построение в шеренгу;
4. Постороение цепочкой;
5. Построение в круг;
6. Свободное размещение на площадке

Совершенствование приемов движения.

В начале занятий с обучающимися 2-го года обучения необходимо вспомнить и повторить упражнения первого года обучения, совершенствовать их исполнение.

Объясняя и осваивая с детьми упражнения первого раздела, рекомендуется указывать им на разницу в музыке, на различие требований, предъявляемых к их исполнению в прошлом и текущем году.

Упражнения

1. «Пружинки» (пружинное приседание, вставание на полупальцы, подпрыгивание);
2. Игра с мячом(пружинное движение рук)
- 3 «Тяжелые руки» (маховые движения);
- 4.«Мельница (круговые махи);
5. «Поющие руки»

Исходные положения

1. Положение стоя (тяжесть тела перенесена на одну ногу);
2. Положение в выпаде;
3. Позиции.

Развитие «Мышечного чувства»

1. Упражнение на напряжение и расслабление мышц ног;
2. Раскачивания рук и корпуса;
3. Круговые махи рук (мельница);
4. Выпады вперед и в стороны с пружинным движением в колене.

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов

1. Сгибание вперед и разгибание корпуса;
2. Повороты корпуса (пилка);
3. Круговые махи одной рукой;
4. Отведение ноги назад махом(качание ноги);
5. Разгибание и сгибание ноги в коленном суставе;
6. «Кто дольше стоит на полупальцах»

Построение и перестроение группы

1. Построение двух концентрических кругов;
2. Построение группы квадратом(из круга);
3. Сужение и расширение круга;

Основные движения элементов танца

Этот раздел программы знакомит детей с русской народной музыкой, культурой русского народа, русским костюмом.

Работая над совершенствованием ходьбы, бега, подпрыгивания, поскаков(так называемых основных движений), осваивая элементы танцев и русской пляски, дети воплощают в них простейшие музыкально-двигательные образы.

Каждое упражнение построено на определенной музыке, характер которой определяет особенности движения.

В процессе совершенствования или разучивания разнообразных видов движения у детей воспитываются технические навыки.

Первый – умение начинать двигаться с началом музыки.

Второй - умение придавать движению нужную динамическую выразительность.

Третий – умение заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения.

Ходьба

1. «Идут солдаты»(бодрый шаг);
2. «Солдаты готовятся к параду(высокий и тихий шаг);
3. «Давайте погуляем»(спокойная ходьба)

Бег

1. «Вьются ленты» (легкий бег)
2. «Птицы прилетели» (бег на полупальцах)

Прыжки

1. «Попрыгунчики (пружинное подпрыгивание)
2. «Как звучит музыка?» (легкие и энергичные поскаки)

Элементы танцев

1. «Вежливый танец» (приставные шаги в сторону)
2. «Танцуем галопом» (шаг бокового галопа)

Танцевальные комбинации

1. Танцуем галопом по кругу
2. «Наездники» - прямой галоп
3. «Учимся танцевать польку»(шаг польки)

Танцы и пляски, танцевальные упражнения

1. «Дуда» - (пляска)
2. «Попляшем?» (танцевальная комбинация)
3. «Вертушки» (упражнения)
4. «Кто лучше скачет (упражнения)
5. «Отойди и подойди» (элемент танца)
6. Танец с листочками (танец)
7. «Я обиделся» (танцевальная комбинация)
8. «Круговой галоп» (упражнения)
9. «Пляши веселей» (плясовые упражнения с платочком)
10. Хоровод (танец)
11. Русская пляска (танцевальная комбинация в паре)
12. «Полька друзей» (танец)
13. Современный танец
14. Массовые танцы у елки.

Разучивание танцевальных упражнений, танцев, плясок и хороводов помогает детям выделить различия между классическими и народными танцами. Здесь используются всевозможные выстукивания, притопы, прыжки. Все эти элементы народного танца позволяют развивать музыкальность, ритмичность, координацию движений, манеру исполнения.

Со 2-го года обучения эти элементы усложняются, прежде всего, музыкальным темпом, сочетанием одних элементов с другими, разучиваются новые, более сложные.

Элементы русской пляски

Движения русских плясок, хороводов по своему характеру и форме органически связаны с русской народной музыкой. Разучивание их раскрывает содержание родных мелодий, делает его понятным и близким, знакомит с прекрасными образами народной музыки, песни и плясок.

Движения должны разучиваться в непосредственной связи с той или иной мелодией, как воплощение музыкально-двигательного образа.

Главное, чтобы дети почувствовали и передавали общий характер русской пляски, ту манеру и осанку, с которой исполняются все ходы и плясовые движения, задор и веселье соединяются в этой пляске с достоинством, сдержанностью и скромностью.

1. Положение и движение рук, принятые в русской пляске;
2. Хороводный шаг;
3. Топающий шаг на всей ступне;
4. Топающий шаг в сторону;
5. Выставление ноги на пятку и носок;
6. «Петушок расплясался»(повторные три притопа);
7. Шаг с притопом на месте;
8. Выставление ноги на пятку с полуприседанием.

Танцевальные комбинации

1. Шаг с притопом и продвижением(дробный ход);
2. Приставной, боковой шаг;
3. Шаг с каблука;
4. Тройной шаг;
5. Выставление ноги на пятку с полуприседанием «Ковырялочка»
6. Припляс;
7. Полонез (шаг в паре)

Совершенствование основных движений и элементов танцев и плясок

Ходьба

1. «Пограничники в дозоре» (решительный и настороженный шаг);
2. Хоровод (пружинный шаг);
3. «Сказка (ходьба на полупальцах);
4. «То бегом, то шагом»;
5. «Ускоряй и замедляй».

Бег

1. «Нетерпеливые бегуны» (упражнение)
2. «Ручейки и потоки» (легкий и сильный бег)

Прыжки

1. «Попрыгунчики»(легкое подпрыгивание на месте – усложненный вариант);
2. «Мячики» (острое подпрыгивание);
3. «Заводим волчки» (подскоки на месте и кружение с поскаками);
4. «Радует солнышку(сильные поскаки).

Танцы и пляски

1. Вальс с цветами;
2. Полька парами;
3. Кадриль(пляска парами);
4. «Разрешите пригласить» (полька);
5. Полонез;
6. Современный танец.

Русские хороводы и пляски

1. «Змейка с воротцами» (хоровод);
2. «Шеренги и цепочки»;
3. «Плетень (хороводная игра с пляской);
4. Русская хороводная пляска;
5. Хоровод у елки.

Музыкальные игры

Игра занимает важнейшее место в жизни ребенка. В этот раздел введены музыкальные игры, которые позволяют ребенку отвлечься и отдохнуть от физической нагрузки. Игры могут быть музыкально-дидактические, сюжетные, музыкально-песенные.

В процессе игры развивается ряд качеств, необходимых для развития физиологических систем.

В этот раздел включены танцевальные этюды (инсценировки) и игровые упражнения, которые разучиваются для развития музыкального слуха, музыкального движения. В сочетании со словами (песней) детям легче запомнить порядок движений, это позволяет ребенку более осмысленно выполнять движения.

Материал раздела «Музыкальные игры» помогает детям четко и выразительно исполнять пространственную композицию музыкальных упражнений, игр, танцев, как они должны исполнять каждое движение.

Упражнения и игры раздела развивают у детей чувство коллектива: передавая пространственной композицией музыкально-двигательный образ, они учатся переживать музыку, двигаться в общем ритме, вместе, дружно и слаженно. Большинство заданий развивает у детей инициативу, находчивость, сообразительность, наблюдательность и самостоятельность.

Активация и развитие творческих способностей детей

1. «Лесорубы» (подражательное движение);
2. «Даже ленты запели» (упражнение с лентой);
3. «Снежинки» (упражнение с мишурой);
4. «Лошадки» (игровое упражнение);

Упражнения и сюжеты

1. «На речке» (упражнение)
2. «Звери и птицы» (игра)
3. «Съедобное – несъедобное» (игра с мячом)
4. «Спать хочется» (Упражнение)

Игровые упражнения и игры

1. «Внимание! Музыка!» (игра);
2. «Маршируем с флагами» (игровое упражнение);
3. «Регулировщик движения» (игровое упражнение);
4. «Кружки и стайки» (игровое упражнение);

Работа над музыкально-пространственными композициями

Музыкальные этюды:

- 1 «Погода»
2. «Беги скорей»
3. «Птицы прилетели»
4. «Звери на лужайке»

Структура построения занятия. Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Основные части	Основные Задачи	Основные Средства	Методические особенности
<i>Подготовительная</i>	Организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния; умеренное разогревание организма	Строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др.	Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.
<i>Основная</i>	Развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной	Упражнения на силу, растягивание и расслабление; хореографические упражнения; элементы	На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части

	осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствовани е движений танцев и его элементов; отработка композиций	современного ритмического танца; танцевальные композиции; постановочная работа.	строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.
<i>Заключительная</i>	Постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов.	Спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.	На эту часть отводится 5-10% общего времени. Проводится краткий анализ достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у детей чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться Советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

На занятиях по хореографии ни одно движение не выполняется как механический разогрев мышц. Занятия проводятся в игровой форме. Давая тематическое название занятиям, мы предусматриваем определенный сюжет, но в ходе занятия педагог импровизирует сам и предоставляет возможность импровизировать детям.

Организация занятий.

Особенностью программы является синтез всех видов деятельности, как строевые упражнения, подвижные игры, гимнастические упражнения, танцы, дыхательные упражнения, релаксация. Это позволяет детям в наиболее доступной, яркой, эмоциональной форме получить первые эстетические впечатления, помогающие формировать личность ребенка.

А подготовка детей к занятиям, поэтапное разучивание движений, чёткий показ руководителя с согласованными комментариями, учёт

принципов систематичности и последовательности, помогают детям лучше научиться ориентироваться в окружающем пространстве, повышается естественная активность, движения становятся более точными, динамичными.

Музыкально – ритмические движения учат ребенка владеть своим телом, согласовывать свои движения с движениями других детей, укрепляет основные виды движений, способствует освоению элементов плясок и танцев.

Диагностические периоды – октябрь, май.

В программе реализуется воспитательный компонент.

Воспитание - деятельность направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Воспитывающая деятельность по программе имеет две важные составляющие – индивидуальную работу с каждым обучающимся и формирование детского коллектива.

Для учащихся запланированы презентации, беседы, информационные минутки, познавательные переменки и другие воспитательные формы:

1. Квест посвященный Дню народного единства 4 ноября, беседа «берегите Землю»
2. Концерт посвященный Дню матери 29 ноября
3. Эстафета «Папин день» посвященная Дню защитника Отечества Соревнование «самый сильный».
4. Концерты «Мамочка моя», «Мама»
5. Беседа на тему «Тайны космоса»
6. Презентации на тему «Земля наш общий дом», беседа «Берегите Землю»
7. Концерт посвященный Дню Победы 9 мая, концерт «Великая победа»

2.6 Список литературы

1. Андреева, И.А. Музыкальные занятия с детьми 3–7 лет: современные методы и приемы Учебно-методическое пособие. М.: Просвещение, 2021. — 176 с.
2. Белкина, Н.Л. Методика музыкально-танцевального воспитания детей Практическое руководство. СПб.: Невский проспект, 2022. — 240 с.
3. Борисов, С.А. Современные тенденции развития детской хореографии Научно-методический журнал. СПб.: СПбГУКИ, 2021. — №3. — 144 с.
4. Верещагина, Е.О. Игровые формы физического воспитания в детских садах и школах Учебное пособие. М.: Московский педагогический университет, 2021. — 128 с.
5. Грачева, Я.В. Использование театрализованных форм в развитии детского творчества Книга практикующего преподавателя. М.: Инфра-М, 2021. — 160 с.
6. Иконникова, А.В. Педагогика игрового пространства в дошкольном образовании Руководство для педагогов. М.: Центрполиграф, 2021. — 144 с.
7. Курбатова, Л.В. Разработка индивидуальных образовательных маршрутов в области хореографии Методическое пособие. Омск: Амфора, 2021. — 112 с.
8. Маслова, И.В. Особенности интеграции музыкально-двигательного опыта детей в образовательный процесс Сборник статей научно-практической конференции. М.: ООО "Просветитель", 2023. — 128 с.
9. Петрова, О.Н. Коррекционно-развивающая направленность занятий хореографией и ритмикой Учебно-методическое пособие. Ярославль: ЯГПУ, 2021. — 160 с.
10. Владимирова, А.А. Композиция урока современного танца для начинающих танцоров Справочник для преподавателей. М.: Образование и наука, 2021. — 128 с.
11. Голубков, В.А. Эффективные методики подготовки будущих артистов балета Автореферат диссертации кандидата педагогических наук. Владивосток: Дальневосточный федеральный университет, 2022. — 24 с.
12. Егорова, М.С. Практикум по ритмической гимнастике для детей дошкольного возраста Рабочая тетрадь учителя физической культуры. Екатеринбург: УрФУ, 2021. — 144 с.
13. Исупова, И.В. Основы эстрадно-театрального мастерства для детей Учебно-методическое пособие. СПб.: СПбГУКИ, 2023. — 176 с.

Форма «Календарный учебный график»

[illegible]

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350370965

Владелец Агалакова Ирина Владимировна

Действителен с 15.01.2026 по 15.01.2027