

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №101» общеразвивающего вида
(МБДОУ «Детский сад №101»)

РАССМОТРЕНО и ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
Протокол № 3
«28» 08 2020 года

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 101/П
от «28» 08 2020 года
Е.Г. Кейб



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
«Са-фи-дансе»

Направленность: художественная
Срок реализации: 8 месяцев
Возраст обучающихся: 4-7 лет
Автор-составитель: Войцеховская
Наталья Владимировна
Педагог дополнительного
образования

Барнаул 2020

Содержание		
1.	Раздел 1. Комплекс основных характеристик Программы	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи Программы.	4
1.3.	Содержание Программы	5
1.4.	Планируемые результаты освоения Программы	13
2.	Комплекс организационно-педагогических условий	13
2.1.	Календарный учебный план	13
2.2.	Календарный учебный график	
2.3.	Календарный тематический план	15
2.4.	Условия реализации Программы	26
2.5.	Формы аттестации	27
2.6.	Оценочные материалы	28
2.7.	Методические материалы	30
2.8.	Список литературы	31

Раздел 1. Комплекс основных характеристик Программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Са-Фи-Дансе» направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста и рассчитана на один год обучения, возраст детей - от четырёх до семи лет.

В программе «Са-Фи-Дансе» представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

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, 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».

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

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Са-Фи-Дансе» разработана на основе оздоровительно-развивающей программы по танцевально-игровой гимнастике «Са – Фи - Дансе» Фирилёвой Ж.Е., Сайкиной Е.Г в соответствии со следующими нормативными документами:

- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» 2.4.1.3049-13 №26 от 15.05.13 г.

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

- Устав Муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №101» общеразвивающего вида МБДОУ «Детский сад №101» города Барнаула Алтайского края

- Локальные акты ДОУ

1.2. Цель и задачи Программы

Основной целью программы является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами игровой гимнастики.

Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе создает необходимый двигательный режим, положительный, психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

В то же время немаловажным является вооружение специалистов дошкольных учреждений нестандартной оздоровительно-развивающей программой по физическому воспитанию ребенка и подготовке его к обучению в общеобразовательной школе.

Исходя из целей программы, предусматривается решение следующих **основных задач** для детей 4 – 7 лет.

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.

При распределении разделов программы учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности дошкольников, физические возможности и психологические особенности детей от 4 до 7 лет. Занятия по игровой гимнастике проводятся два раза в неделю.

1.3. Содержание программы

Характеристика, цели и содержание разделов программы

Раздел «Игроритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Раздел «Игрогимнастика» служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Са – Фи – Дансе». В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

Раздел «Игротанцы» направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость занимающимся. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы, как историко-бытовой, народный, бальный, современный и ритмический танцы.

В разделе «Танцевально – ритмическая гимнастика» представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на занимающихся, решают конкретные задачи программы. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

Раздел «Игропластика» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений и упражнения игрового стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме.

Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, свободно выражая свои эмоции, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

Раздел «Пальчиковая гимнастика» в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

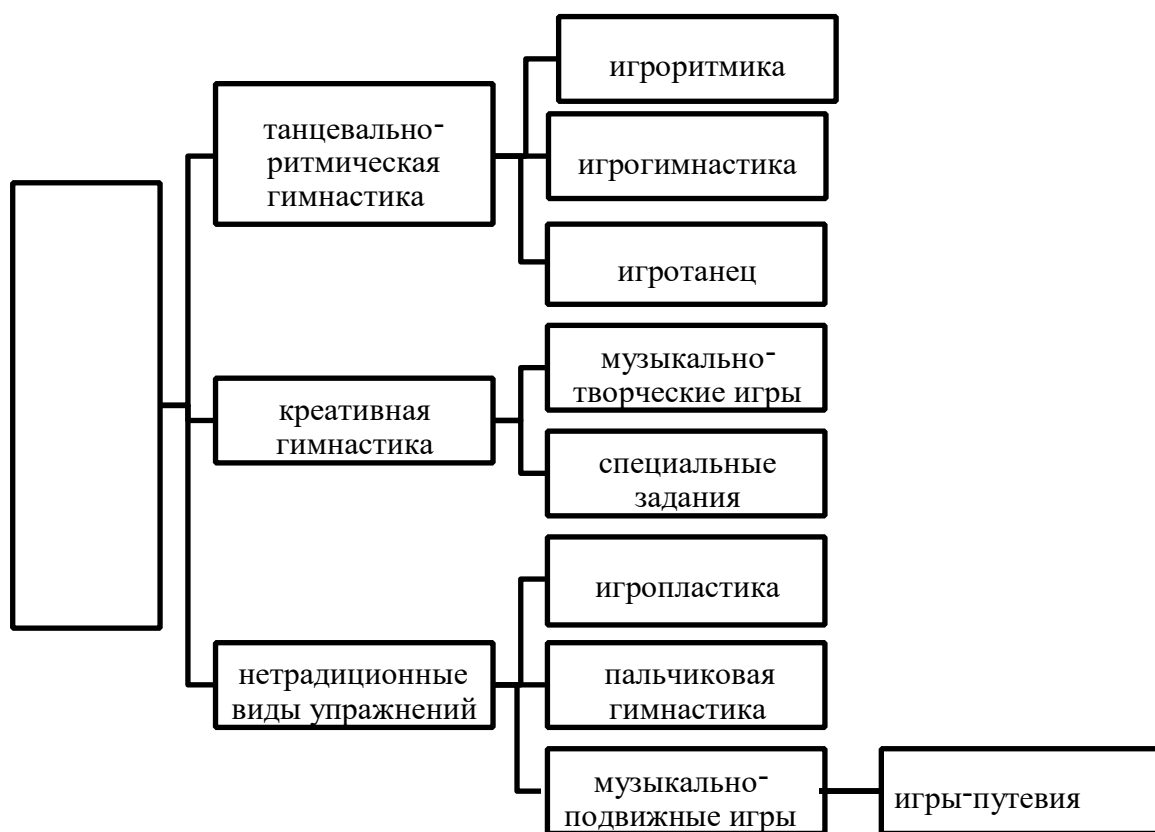
Раздел «Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Раздел «Музыкально – подвижные игры» содержит упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – всё то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по игровой гимнастике.

Раздел «Игры – путешествия» и сюжетные занятия включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть что пожелаешь.

Раздел «Креативная гимнастика» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

Структура занятий



Построение занятий

Содержание программы представлено поурочным планированием учебного материала. В большинстве своем каждое занятие рассчитано на два занятия, например: 1-2; 3-4; 5-6 и т. д. Однако планирую по своему усмотрению, в зависимости от подготовленности группы или условий работы. Учебный материал можно распределить на два занятия. Основа учебной программы — в ее вариативности, единстве обучения, воспитания и решения оздоровительных задач.

Занятия составляются согласно педагогическим принципам, по своему содержанию должны соответствовать 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 в целом составляют единую систему обучения и отвечают современным требованиям к технологии построения и проведения учебных занятий.

Структура занятий по танцевально-игровой гимнастике — общепринятая.

Каждое занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Подготовительная часть занятия. Задача этой части сводится 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 представлены следующие средства 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. Систему упражнений и игр надо строить от простого к сложному, от известного к неизвестному.

Основная часть занятия. 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 игровой гимнастики: ритмические и бальные танцы, игропластика, креативная гимнастика и др.

Заключительная часть занятия. В том случае если в основной части занятия 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.

Организация проведения занятий. Любое занятие следует начинать с организованного входа в зал, под музыку. Затем осуществляется построение и детям сообщается задача занятия — чем они будут заниматься, что узнают нового, чему научатся на данном занятии. В конце занятия дети отвечают на вопросы педагога и поставленные задачи занятия можно считать почти выполненными.

Каждое занятие в поурочном планировании программы представляет собой единство содержательных, методических и организационных элементов. Нарушение этого единства приведет к снижению эффективности занятия и поставит под сомнение возможность решения педагогических задач.

Цель и общие задачи в программе реализуются путем постановки частных задач на каждое занятие, в формулировке которых педагог должен отразить конечный результат данного занятия.

Для проведения занятия педагогу необходимо владеть различными методами организации деятельности детей и способами проведения упражнений. Это построения, перестроения и передвижения, использование предметов и другого вспомогательного инвентаря.

Рекомендуется проводить занятия в сопровождении рассказов, речетативов, во время которых предлагаю детям выполнить цепь последовательных упражнений. Так создается ряд знакомых каждому ребенку образов, воображаемая игровая и ролевая ситуация, сюжет, правила для действий с предметами и без них.

Особое значение в проведении занятий имеет статус педагога, его речь, эмоциональный настрой, доброжелательное отношение к окружающим, активное участие в выполнении своей задачи. Все это

создает атмосферу праздника и вызывает положительные эмоции участников.

При правильной, четкой организации занятия имеет хорошую общую и моторную плотность.

Особенности методики обучения. В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в игровую гимнастику, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения гимнастическим упражнениям, танцам можно условно разделить на три этапа:

- начальный этап — обучение упражнению (отдельному движению);
- этап углубленного разучивания упражнения;
- этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, «опробывают» упражнение.

Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким, выразительным и понятным, желательно в зеркальном положении. В игровой гимнастике показ упражнения является наиболее существенным звеном процесса обучения, особенно для дошкольников, где восприятие движений в большей степени связано со зрительным анализатором. Правильный показ создает образ- модель будущего движения, формирует представление о нем и о способе его выполнения.

Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть образным и кратким, с использованием гимнастической терминологии. В дальнейшем, при проведении комплексов упражнений, краткая подсказка в виде термина сразу же воссоздает образ движения у обучаемых — они легко вспоминают отдельные элементы в общей композиции.

Первые попытки *опробования упражнения* имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка. Ребенок впервые выполняет упражнение на основе тех представлений, которые он получил. Важно, чтобы между ощущениями первой попытки и уже создавшимся

представлением об упражнении (на основе его названия, показа и объяснения) не было больших расхождений.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным кинезиологическим движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования, представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например: изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется целостный метод обучения. В игровой гимнастике его можно использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на два, четыре, восемь и большее количество счетов.

Для начального обучения упражнения используются ориентиры, ограничители. Так, при перестроении в колонну по трое ориентиром для направляющих могут являться кегли, а при ходьбе «змейкой» ограничителями будут кубики, стойки.

Педагог, проводя занятие, должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям. Так, образные сравнения, приводимые педагогом в объяснении того или иного движения, помогают детям правильно его осваивать, так как создают у детей особое настроение, что вызывает желание активно действовать, сопереживать. Положительные эмоции при игровом обучении, похвала активизируют работу сердца, нервной системы ребенка. Нельзя вести обучение на фоне отрицательных эмоций. Необходимо увлекать, заинтересовать детей — только тогда обучение движениям будет эффективным.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствованию ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в одном занятии увеличивается по сравнению с предыдущим этапом.

Успех на этапе углубленного разучивания упражнения зависит от активности обучаемых. Повышению активности детей способствуют изменение условий выполнения упражнения, постановка определенных двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение. Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления - «идеомоторной тренировки». В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем и без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения, уточнению его деталей, двигательных действий. Только тогда, когда выполнение изучаемого упражнения отвечает характерным его особенностям, стилю исполнения, создает определенную школу движений, можно считать, что этап формирования основ двигательного навыка закончен.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом — соревновательной и игровой.

Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. Здесь необходимо, совершенствуя качество исполнения упражнения, формировать индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным лишь тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

Направляющая и воспитывающая роль педагога состоит в формировании «школы движений», определенного стиля их выполнения, сознательного отношения к обучению. Это повышает интерес к занятиям любой сложности, стимулирует к активному и творческому труду.

1.1.4. Планируемые результаты освоения программы

дети 4-5 лет

- Дети знают исходные положения, последовательность выполнения упражнений, понимают их профилактическое и оздоровительное значение.
- Имеют осознанное представление о своем организме, в частности о ЗОЖ.
- Принимают и удерживают правильную осанку у стены.
- Сохраняют правильную рабочую позу сидя.
- Правильно стоят у гимнастической стенки.
- Выполняют упражнения на самовытяжение и расслабление.
- Выполняют различные упражнения, в разных исходных положениях и с разнообразным спортивным инвентарем.
- Самостоятельно выполняют специальные коррекционные упражнения.
- Умеют ходить ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеют выполнять упражнения на перестроение.

дети 5-6 лет

- Воспитанники последовательно выполняют упражнения, понимают их профилактическое и оздоровительное значение.
- Имеют представление о своем организме, о здоровом образе жизни.
- Сохраняют правильную рабочую позу сидя, стоя у гимнастической стенки.
- Выполняют различные упражнения, в разных исходных положениях и с разнообразным спортивным инвентарем.
- Умеют ходить ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеют выполнять упражнения на перестроение. Соблюдают правила безопасности и профилактики травматизма.
- Знают назначение спортивного инвентаря.
- Выполнять различные упражнения, в разных исходных положениях.

- Пользуются современным спортивным инвентарем и оборудованием.
- Используют свои умения и навыки в повседневной жизни.

дети 6-7 лет

- Дети знают все исходные положения, последовательность выполнения упражнений, понимают их профилактическое и оздоровительное значение, выполняют самостоятельно.
- Имеют осознанное представление о своем организме, в частности о ЗОЖ.
- Соблюдают правила безопасности и профилактики травматизма.
- Знают назначение спортивного инвентаря.
- Умеют принимать и удерживать правильную осанку у стены.
- Сохраняют правильную рабочую позу при письме и чтении сидя.
- Выполняют упражнения на самовытяжение и расслабление.
- Выполнять различные упражнения, в разных исходных положениях.
- Пользуются современным спортивным инвентарем и оборудованием.
- Самостоятельно выполняют специальные корригирующие упражнения.
- Ходят ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеют выполнять все упражнения на перестроение.
- Умеют самостоятельно выполнять комплексы гимнастики.
- Используют свои умения и навыки в повседневной жизни.

По итогам года обучения занимающиеся получают следующие знания, умения и навыки. Умеют ориентироваться в зале, выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы

упражнений под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных

темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции. Умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

После года обучения занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Учебный план.

Наименование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Направление	Возраст обучающихся	Продолжительность занятия	Объем образовательной нагрузки (количество часов)		
				в неделю	месяц	год
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Са-Фи-Дансе»	Физкультурно-спортивная	4-5 лет	25 мин	2	8	64
		5-6 лет	20 мин	2	8	64
		6-7 лет	30 мин	2	8	64

2.2. Календарный учебный график на 2020-2021 учебный год

Мес		Учебные дни					Всего занятий в месяц			
Октябрь 2020г.	01.10. 20 №1	06.10. 20 №2	08.10. 20 №3	13.10. 20 №4	15.10. 20 №5	20.10. 20 №6	22.10. 20 №7	27.10. 20 №8	8	
	03.11. 20 №1	05.11. 20 №2	10.11. 20 №3	12.11. 20 №4	17.11. 20 №5	19.11. 20 №6	24.11. 20 №7	26.11. 20 №8		
Ноябрь 2020г.	01.12. 20 №1	03.12. 20 №2	08.12. 20 №3	10.12. 20 №4	15.12. 20 №5	17.12. 20 №6	22.12. 20 №7	24.12. 20 №8	8	
	12.01. 21 №1	14.01. 21 №2	15.01. 21 №3	19.01. 21 №4	21.01. 21 №5	22.10. 21 №6	26.01. 21 №7	28.01. 21 №8		
Декабрь 2020г.	02.02. 21 №1	04.02. 21 №2	09.02. 21 №3	11.02. 21 №4	16.02. 21 №5	18.02. 21 №6	23.02. 21 №7	25.02. 21 №8	8	
	02.03. 21 №1	04.03. 21 №2	09.03. 21 №3	11.03. 21 №4	16.03. 21 №5	18.03. 21 №6	23.03. 21 №7	25.03. 21 №8		
Январь 2021г.	02.03. 21 №1	04.03. 21 №2	09.03. 21 №3	11.03. 21 №4	16.03. 21 №5	18.03. 21 №6	23.03. 21 №7	25.03. 21 №8	8	
	02.03. 21 №1	04.03. 21 №2	09.03. 21 №3	11.03. 21 №4	16.03. 21 №5	18.03. 21 №6	23.03. 21 №7	25.03. 21 №8		
Февраль 2021г.	02.03. 21 №1	04.03. 21 №2	09.03. 21 №3	11.03. 21 №4	16.03. 21 №5	18.03. 21 №6	23.03. 21 №7	25.03. 21 №8	8	
	02.03. 21 №1	04.03. 21 №2	09.03. 21 №3	11.03. 21 №4	16.03. 21 №5	18.03. 21 №6	23.03. 21 №7	25.03. 21 №8		
Март 2021г.	02.03. 21 №1	04.03. 21 №2	09.03. 21 №3	11.03. 21 №4	16.03. 21 №5	18.03. 21 №6	23.03. 21 №7	25.03. 21 №8	8	
	02.03. 21 №1	04.03. 21 №2	09.03. 21 №3	11.03. 21 №4	16.03. 21 №5	18.03. 21 №6	23.03. 21 №7	25.03. 21 №8		

2021г.	21 №1	21 №2	21 №3	21 №4	21 №5	21 №6	21 №7	21 №8	
Апрел 2021г.	06.04. 21 №1	08.04. 21 №2	13.04. 21 №3	15.04. 21 №4	20.04. 21 №5	22.04. 21 №6	27.04. 21 №7	29.04. 21 №8	8
Май 2021г.	04.05. 21 №1	06.05. 21 №2	11.05. 21 №3	13.05. 21 №4	18.05. 21 №5	20.05. 21 №6	25.05. 21 №7	27.05. 21 №8	8
Итого:									6 4

Структура

№	Раздел	Содержание разделов	Дидактические игры и упражнения	Кол-во зан в мес
1	Элементы хореографии	- выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях; - полуприседы; - комбинации хореографических упражнений.	- «Балет» - «Рисуем солнышко на песке» -«Пружинка» - «Ветер и деревья»	3
2	Строевые упражнения	- построение в шеренгу и в колонну; - перестроение в круг; - бег по кругу и по ориентирам, «змейкой»; - перестроение из одной шеренги в несколько и обратно в одну	-«Солдаты» -«Хоровод» -«Матрёшки» -«Животные в клетке» -«Бусинки»	8
3	«Игроритмика»	-хлопки и удары ногой на каждый счёт; -только на первый счёт; -выполнение движений руками в различном темпе; -различие динамики звука громко-тихо	-«Хлопушки» -«Топотушки» -«Лошадки бьют копытом» -«Пушистые снежинки»	2
4	«Игрогимнастика»	-гимнастические упражнения в игре, изображая предметы по представлению; -упражнения игрового стретчинга на растяжку	-«Морская звезда» -«Бабочка» -«Флажок» -«Кошечка» -«Берёзка» -«Китайский фонарик» -«Розочка»	4

5	«Игротанцы»	- спортивные танцевальные композиции с различными предметами и без них; - музыкальные акробатические композиции	- «Осенние листья» - «Легкие снежинки» - «Буйный ветер» - «Воздушные шары» - «Дождя не боимся» - «Рок-н-ролл» - «Воздушная кукуруза» - «Я танцую» - «Бабочки на лугу»	6
6	«Танцевально – ритмическая гимнастика»	- танцевальные движения; - общеразвивающие упражнения; - образно – танцевальные композиции	- «Клоун Плюх» - «Зверята в зоопарке» - «Пушистые снежинки» - «Весёлые ребята»	8
7	«Игропластика»	- группировка в положении лёжа и сидя; - перекаты вперёд – назад; - сед ноги врозь широко	- «Змея» - «Ежик» - «Тропинка, дорожка» - «Волшебник» - «Котёнок» - «Змея» - «Полёт бабочки»	4
8	«Пальчиковая гимнастика»	Упражнения для развития: - ручной умелости; - мелкой моторики; - координации движения рук	- «Моя семья» - «Волшебные пальчики» - «Зимние узоры» - «Кулак, ребро, ладонь» - «Зеркальное рисование» - «Дружат наши пальчики»	5
9	«Игровой самомассаж»	- поглаживание рук и ног в образно-игровой форме; - поглаживание отдельных частей тела в определённом порядке в образно-игровой форме	- «Мои ладошки» - «Массажные мячики» - «Моя семья» - «Варежки»	3
10	«Музыкально – подвижные игры»	- игры на определение динамики музыкального произведения; - игры на развитие ритма и музыкального слуха; - подвижные игры; - игры - превращения	- «Карлики и великаны» - «Зеркало» - «Гори-гори ясно» - «Дружные ребята» - «Голова и хвост» - «Капканы» - «Караси и щука» - «Игрушки» - «Фигуры» - «Весёлый оркестр»	7

			-«Собери букет»	
11	«Игры – путешествия»	-игры на воображение, фантазийные	-«Весёлый зоопарк» -«Зимний лес» -«Перелёт птички» -«Любопытный зайчонок»	1
12	«Креативная гимнастика»	-упражнения на развитие выдумки, воображения, творческой инициативы	-«Драка» -«Штанга» -«Сосулька» -«Шалтай-Болтай» -«Создай образ»	2
13	Дыхательная гимнастика	Игры, способствующие формированию различных типов дыхания: -дыхание с задержкой; -грудное дыхание; -брюшное дыхание; -смешанное дыхание	-«Насос» -«Ладшки» -«Кошка» -«Маятник» -«Корабль и ветер» -«Воздушный шарик»	8
Итого занятий в учебном году - 64				

2.3 Календарно-тематический план работы

Занятия «Спортивной секции» проводятся по общему плану работы с учетом возрастных особенностей детей:

Для детей 4-5 лет общеукрепляющие упражнения повторяются 4-6 раз,

Для детей 5-6 лет общеукрепляющие упражнения повторяются 6-7 раз,

Для детей 6-7 лет общеукрепляющие упражнения повторяются 7-8 раз.

Дозировка упражнений дается с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Октябрь

Неделя	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	Литература
1 неделя	Строевые упражнения: -построение в колонну, шеренгу по	Танцевальные шаги: -шаг с носка, на носках ОРУ без предметов:	Дыхательная гимнастика Упражнения на расслабление	Степаненкова с.42, Амосова (по Стрельниковой) с.6,

	команде (образно-двигательные упражнения «солдатики»); -приставные шаги боком; -шаг с подскоком Игроритмика -хлопки в такт музыки	-основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку; -основные движения туловищем и головой Музыкально-подвижная игра: «Найди своё место»	мышц, укрепление осанки, дыхательные: -поднимание рук на вдохе, свободное опускание на выдохе Пальчиковая гимнастика «Мои пальчики»	электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение
2 неде ля	Музыкально-подвижная игра: «Нитка - иголка» Строевые упражнения: -построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра) Игроритмика -ходьба сидя на стуле; -хлопки в такт музыки	ОРУ с воздушными шарами или резиновыми мячами среднего диаметра Танцевальные шаги: -комбинации из танцевальных шагов Подвижная игра «У медведя во бору»	Дыхательная гимнастика Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре: -релаксация «Спокойный сон» Игровой самомассаж «Массажные мячики»	Степаненкова с.51, Амосова (по Стрельниковой) с.22, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение
3 неде ля	Строевые упражнения: -построение в колонну, шеренгу по команде (образно-двигательные упражнения «солдаты», «Животные в	Танцевально-ритмическая гимнастика: -упражнения с султанчиками; -«Клоун Плюх. Комп№1» Подвижная игра «Смелые ребята» Музыкально-	Игрогимнастика Акробатическое упражнения Имитационно – образные упражнения на осанку: -«кошечка»; -«волк»	Степаненкова с.102, Сулим с.36, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение

	клетке»); -приставные шаги боком; -шаг с подскоком	подвижная игра «Караси и щука»	Пальчиковая гимнастика «Моя семья»	
4 неде ля	<u>Сюжетное занятие «Осенняя прогулка»</u> Ритмический танец «Листопад» ОРУ с осенними листьями Танцевальная композиция «Осенние принцессы» Игротанец «Дождя не боимся» Музыкально-подвижная игра «Солнышко и дождик» Дыхательная гимнастика «Подуй на осенние листочки» Игра – путешествие «Весёлый зоопарк»			Степаненкова с.41, Амосова (по Стрельниковой) с.6, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение

Ноябрь

Неде ля	Вводная часть	Основная часть	Заключительн ая часть	Литература
1 неде ля	Музыкально-подвижная игра по ритмике: -построение в рассыпную; -построение в колонну. Под музыку марша все маршируют в любом направлении -«бусинки»	Ритмический танец «Если весело живётся...» Акробатические упражнения Комбинация в образно-игровых действиях: -«жучок»; -«паучок»; -«колобок» Подвижная игра «Зайчики и волк»	Игрогимнастика Имитационно – образные упражнения в расслаблении. Лёжа на спине полное расслабление – поза «спящего» Дыхательная гимнастика «Дыхание ветра»	Сулим с.49, Степаненкова с.53, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение
2 неде ля	Музыкально – подвижная игра «Все по местам»	Танцевальн. шаги: -шаг с носка; -шаг перекатом с пятки на носок Танцевально-ритмическая гимнастика «Воздушные шары» Подвижная игра «Охотник, зайцы и собаки»	Пальчиковая гимнастика Выполнение фигурок из пальчиков: -«колечко»; -«кулак-ребро-ладонь» Игровой самомассаж «Неровная	Степаненкова с.92, Солнцева с.48, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение

		Музыкально-ритмическая композиция «Звериный разговор»	тропинка»	
3 неде ля	Музыкально-подвижная игра по ритмике Под музыку марша все маршируют в любом направлении, под звуки польки все прыгают.	ОРУ на стуле Ритмический танец с ленточками «Что такое доброта?» Музыкально-подвижная игра «Игрушки» Подвижная игра «Котята и щенята»	Дыхательная гимнастика Имитационно – образные упражнения на дыхание: -«насос»; -«кошка»; -«обними плечи»	Амосова (по Стрельниковой) с.10, Степаненкова с.55, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение
4 неде ля	Строевые упражнения: -перестроение в колонну «солдаты»; -перестроение в круг «хоровод» На громкую музыку – увеличение круга шагами назад от центра, на тихую – уменьшение круга шагами вперёд к центру	Акробатические упражнения Комбинация в образно-игровых действиях: -«ковшик»; -«ручей»; -«бабочка» Музыкально-подвижная игра «Эхо» Подвижная игра «Найди себе пару»	Дыхательная гимнастика Упражнения на релаксацию и дыхание: -«драка»; -«штанга» Игровой самомассаж Босохождение «Цветные камушки»	Сулим с.43, Амосова (по Стрельниковой) с.22, Степаненкова с.50, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение

Декабрь

Неде ля	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	Литература
1 неде ля	Креативная гимнастика Имитация движений под музыку Музыкально-подвижная	Ритмический танец с султанчиками «Мой Барнаул» Подвижная игра «Ловля оленей» Игропластика Акробатические	Пальчиковая гимнастика «Повторялки» Дыхательная гимнастика «Летающие снежинки»	Степаненкова с.93, Солнцева с.60, Сулим с.42, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение

	игра «Снежинки – пушинки»	упражнения: -«лягушка»; -«тигр»		
2 неде ля	Строевые упражнения Построение в круг «матрёшки» Игровая ритмика Поднимание и опускание рук на 4 счёта, на 2 счёта и на каждый счёт Музыкально-подвижная игра «Запрещённое движение»	Танцевальные шаги -«шаг-шаг-приставить ногу и остановка»; -«шаг-шаг-приставить ногу и пружинка» Танцевально-ритмическая гимнастика «Снежинки» Ритмический танец «Ковбои» Подвижная игра «Сделай фигуру»	Креативная гимнастика «Елочки бывают...» Игровой самомассаж «Волшебные мячики»	Степаненкова с.83, электр.книгаФирилёва, музыкальное сопровождение
3 неде ля	Креативная гимнастика «Создай образ» Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа	ОРУ с гантелями Игропластика Специальные упражнения для развития силы мышц Морские фигуры: -«морская звезда»; -«морской конёк»; -«краб»; -«дельфин» Ритмический танец «Морские обитатели» Подвижная игра «Караси и щука»	Дыхательная гимнастика Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Имитационно-образные упражнения: -«кит»; -«акула»	Сулим с.48, Степаненкова с.74, Амосова (по Стрельниковой с.20, электр.книгаФирилёва, музыкальное сопровождение
4 неде ля	Сюжетное занятие «Лесная сказка» Ходьба, бег, прыжки между снежинками Игротанец «Буйный ветер» Музыкально-подвижная игра «Снежки», «На оленях упряжках» Дыхательная гимнастика «Шаги» Игра – путешествие «Зимний лес»			Амосова (по Стрельниковой) с.22, Степаненкова с.78, 93, электр.книгаФирилёва, музыкальное сопровождение

Январь

Неделя	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	Литература
1 неделя	Строевые упражнения Построение в шеренгу и колонну по распоряжению -«животные в клетке» Игроритмика Различие динамики звука	Игропластика Специальные упражнения для развития гибкости: -«кружение снежинок»; -«вьюга» Ритмический танец «Рок-н-ролл» Музыкально-подвижная игра «Отгадай, чей голосок», «Отгадай, где постучали?»	Дыхательные упражнения: -«малый маятник»; -«ушки» Пальчиковая гимнастика «Весёлые пальчики» Игровой самомассаж Босохождение «Рисунок ножками из камушек»	Амосова (по Стрельниковой) с.18, Степаненкова с.59, электр.книгаФирилёва, музыкальное сопровождение
2 неделя	Строевые упражнения Перестроение из одной шеренги в несколько до ориентира Игроритмика Бег по кругу и ориентирам («змейкой»)	Акробатические упражнения: -«рыбка»; -«змея»; -«коробочка, розочка» Танцевально-ритмическая гимнастика «Хоровод» Подвижная игра «Снежные круги»	Дыхательная гимнастика Упражнения для крупной моторики: -«самолёты»; -«цапля»; -«большой маятник»	Сулим с.53, Степаненкова с.78, Солнцева с.59, Амосова (по Стрельниковой) с.15, электр.книгаФирилёва, музыкальное сопровождение
3 неделя	Креативная гимнастика Специальное задание «Танцевальный вечер»	Танцевальные шаги Комбинация из изученных танцевальных шагов Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка» Музыкально-подвижная игра «Музыкальные змейки»	Игропластика Акробатическое упражнение Упражнения для развития гибкости: -«фонарик»; -«полумостик» Дыхательная гимнастика «Большой маятник»	Сулим с.53, Амосова (по Стрельниковой) с.15

4 неде ля	Сюжетное занятие «В мире сказок и приключений» Строевые упражнения Сказочный лес: -переход через речку; -проход по болоту; -переплывание через озеро Сказочная зарядка «Зимние забавы» Ритмический танец «Бабки Ёжки» Музыкально-подвижная игра «В мешках вокруг елки» Игра – путешествие «Любопытный зайчонок»	Степаненкова с.141, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение
-----------------	--	---

Февраль

Неде ля	Вводная часть	Основная часть	Заключительн ая часть	Литература
1 неде ля	Акцентированна я ходьба с махом руками, сгибанием рук в кулаки и разгибанием Креативная гимнастика Творческая игра «Кто я?»	Танцевально- ритмическая гимнастика «Я танцую» Ритмический танец с флажками «Бравые солдаты» Музыкально- подвижная игра «Совушка»	Игропластика Специальные упражнения на развитие силы мышц: -«воинский меч»; -«маршбросок»	Степаненкова с.133, Сулим с.37, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение
2 неде ля	Строевые упражнения: -«солдаты» -«хоровод» Игроритмика Выполнение ОРУ под музыку с притопом под сильную долю такта	Танцевально- ритмическая гимнастика «Широкие ленты салюта» Ритмический танец «Цветные ленточки» Музыкально- подвижная игра «Смелые ребята»	Пальчиковая гимнастика «Ухо – нос» Дыхательная гимнастика «Шалтай- болтай» Игровой самомассаж «Тяжелая дорожка»	Степаненкова с.102, Солнцева с.51, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение
3 неде ля	Строевые упражнения Построение в круг «матрёшки» Игроритмика	Танцевальные шаги Композиция из ранее изученных танцевальных шагов с небольшим	Игропластика Имитационные упражнения на расслабление мышц, дыхание и укрепление	Степаненкова с.80, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение

	Поднимание и опускание рук на 2,4 счета	подскоком Ритмический танец «Моряки» Подвижная игра «Перебежки»	осанки «Преграда»	
4 неде ля	<u>Сюжетное занятие «Аты-баты, мы – солдаты!»</u> Парад военных Упражнения с флажками «Сигнальщики» Полоса препятствий Ритмический танец «Салютики» Игротанец «Я танцую» Дыхательная гимнастика «Шаги» Игра – путешествие «Аты-баты, шли солдаты»			Амосова (по Стрельниковой) с.22, Степаненкова с.135, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение

Март

Неде ля	Вводная часть	Основная часть	Заключительн ая часть	Литература
1 неде ля	Строевые упражнения: - построение в шеренгу; - повороты переступанием, по распоряжению в образно-двигательных действиях "Лыжники" Хореографические упражнения: - «балет»; - «пружинка»; - «ветер и деревья»	Игропластика - "велосипед"; - "черепашка"; - "павлин" Танцевально-ритмическая гимнастика "Клоун Плюх. Комп.№3" Ритмический танец гимнастический с длинными лентами "Девочки-гимнастки"	Игрогимнастика Упражнения для развития гибкости: - "кошечка"; - "змея"; - "гора"; - "берёзка" Игровой самомассаж Босохождение «Рисуем ножками»	Сулим с.57, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение
2 неде ля	Подвижная игра «Поезд» Игроритмика Упражнения на воспроизведение динамики звука.	ОРУ с обручами Танцевально-ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка»	Игропластика Круговые движения кистями и пальцами рук: - «зеркальное	Степаненкова с.17, Солнцева с.48, электр.книгаФир илёва, музыкальное

	Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.	Ритмический танец с султанчиками «Весёлая капель» Музыкально-подвижная игра «Зеркало»	рисование»; -«колечко» Дыхательная гимнастика «Насос и мяч»	сопровождение
3 неде ля	Строевые упражнения Построение в рассыпную -«бусинки» ОРУ без предметов «Клоун Плюх. Комп №4»	Акробатические упражнения: -«веточка»; -«саранча»; -«гора» Танцевально-ритмическая гимнастика «Аэробика» Ритмический танец «Мадагаскар» Музыкально-подвижная игра «Пятнашки»	Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Контрастные движения руками на напряжение и расслабление «Маленькое семечко. Росток. Цветок»	Сулим с.54, Степаненкова с.71, Солнцева с.57, электр.книга Фирилёва, музыкальное сопровождение
4 неде ля	<u>Сюжетное занятие "Весна"</u> Танцевально-ритмическая гимнастика "Солнышко лучистое" Ритмический танец "Сюрприз" Пластические этюды "Фигуры" Танцевальная композиция «Дирижёр и оркестр» Игротанец «Воздушные шары» Дыхательная гимнастика «Дыхание весны» Игра-путешествие «Перелёт птички»			Степаненкова с.83, электр.книга Фирилёва, музыкальное сопровождение

Апрель

Неде ля	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть	Литература
1 неде ля	Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка	Танцевально-ритмическая гимнастика «Аэробика» Танцевальные	Игропластика Упражнения для развития мышечной силы в	Степаненкова с.121, Сулим с.55, электр.книга Фирилёва,

	построения в колонну, шеренгу, круг: -«солдаты»; -«хоровод»; -«бусинки»	шаги: -прыжок с ноги на ногу, другую сгибая назад Ритмический танец «Шуточный рок-н-ролл» Музыкально-подвижная игра «Горелки»	заданиях: -«матрёшка»; -«крылья»; -«сундучок» Дыхательная гимнастика «Винт» Игровой самомассаж «Сказочные рукавички»	музыкальное сопровождение
2 неделя	Музыкально-подвижная игра «Замри-отомри» Игроритмика: -ходьба на каждый счёт и через счёт с хлопками; -построение по ориентирам	Танцевальные шаги Переменный и русский хороводные шаги ОРУ с гантелями Ритмический танец с короткими лентами «Что такое доброта?» Музыкально-подвижная игра «День и ночь»	Креативная гимнастика Специальные игровые задания «Детский театр» Пальчиковая гимнастика «Мои пальчики»	Степаненкова с.113, электр.книгаФирилёва, музыкальное сопровождение
3 неделя	Танцевальные шаги: -шаг галопа вперёд и в сторону Музыкально-подвижная игра «Чьё звено скорей соберётся?»	Танцевально-ритмическая гимнастика с платочками Ритмический танец «Ковбои» Подвижная игра «Смелые ребята»	Игрогимнастика Упражнения на расслабление мышц: -«медузы»; -«звёздочка» Игровой самомассаж «Ребристая дорожка»	Степаненкова с.75, 102, электр.книгаФирилёва, музыкальное сопровождение
4 неделя	Строевые упражнения: -перестроение в две колонны; -в два круга	Акробатические упражнения: -«экскаватор»; -«каракатица»; -«берёзка» Танцевально-ритмическая гимнастика	Игропластика Специальные упражнения на развитие мышечной силы: -«укрепи животик»;	Сулим с.56, Степаненкова с.133, электр.книгаФирилёва, музыкальное сопровождение

		«Приходи к нам сказка» Ритмический танец «Хоровод» Музыкально- подвижная игра «Совушка»	-«укрепи спину» Пальчиковая гимнастика «Моя семья»	
--	--	--	--	--

Май

Неде ля	Вводная часть	Основная часть	Заключительн ая часть	Литература
1 неде ля	Сюжетное занятие «День Победы» Военный парад Танцевально-ритмическая гимнастика «Сигнальщики» Игры-эстафеты «Кто скорее?», «Чей отряд быстрее переправится?» Танцевально-ритмическая гимнастика «Синий платочек»			Степаненкова с.141, 134, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение
2 неде ля	Строевые упражнения: -построение в колонну, шеренгу; -перестроение в круг Игроритмика Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно	Акробатические упражнения: -«жираф»; -«цапля»; -«окошко»; -«журавль» ОРУ с гимнастическими палками Ритмический танец «Игрушки» Музыкально- подвижная игра «Чёрное и белое»	Креативная гимнастика «Ай, да я!» Музыкально- подвижная игра «Сделай фигуру» Дыхательная гимнастика «Шалтай- болтай» Игровой самомассаж «Волшебные мячики»	Сулим с.58-59, Степаненкова с.99, 83, электр.книгаФир илёва, музыкальное сопровождение
3 неде ля	Строевые упражнения Построение врассыпную -«бусинки» Игроритмика Выполнение ОРУ под музыку, с акцентом на сильную долю такта —	Хореографич. упражнения: -основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку; -основные движения туловищем и головой	Дыхательная гимнастика Релаксация «На облаке» Пальчиковая гимнастика «По дорожке, по дорожке...» Игровой самомассаж «Тяжёлая	Степаненко ва с.50, Амосова (по Стрельнико вой) с.20, электр.книг а Фирилёва, музыкально е сопровожде ние

	основного движения, наклона, приседа, маха и т.д.)	Ритмический танец «Мы пойдём сначала вправо» Музыкально-подвижная игра «Найди свой цвет»	дорожка»	
4нед еля	<u>Сюжетное занятие «В мире музыки и танца»</u> Ритмический танец «Весёлая разминка» Танцевально-ритмическая композиция «Счастливое детство» Игротанец «Бабочки на лугу» Ритмический танец «Дружба» Музыкально-подвижная игра «Затейники» Креативная гимнастика «Делай как я, делай лучше нас!» Игра – путешествие «По ступенькам музыки»			Степаненкова с.82, электр.книгаФирилёва, музыкальное сопровождение

2.4.Условия реализации программы

Формы и режим занятий:

Игровой метод проведения занятий игровой гимнастики в кружке с количеством детей до 15 чел.

Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Длительность занятий: 20-30 минут.

Приемы и методы организации работы кружка

Подгрупповые занятия в кружке в игровой форме, круговой, поточный метод.

Используются наглядные и словесные методы, обязательно музыкальное сопровождение.

Рабочая программа является «открытой» и предусматривает вариативность, интеграцию, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.

Срок реализации рабочей программы один учебный год.

Методическое обеспечение

Занятия проводятся в спортивно-музыкальном зале. Помещение должно быть проветрено, хорошо освещено, проведена влажная уборка.

Дидактический материал и техническое оснащение:

- Образные предметные картинки;
- Предметы для общеразвивающих упражнений (обручи, мячи, флажки, платочки, гантели, султанчики, ленточки и т.п.);

- Спортивные атрибуты для самомассажа (ребристая доска, массажные варежки, массажные мячики, корригирующая дорожка и т.д.);
- Предметы для спортивных танцев (гимнастические ленты, широкие ленты – полотна, парашют и т.д.);
- Сказки, рассказы, загадки о животных, детях, временах года, профессиях, и т.д;
- Атрибуты, маски, шапочки к подвижным и музыкально-подвижным играм;
- Музыкальный центр;
- Аудиозаписи, флешнакопители;
- Спортивная форма детей и педагога;
- Декорации (для проведения сюжетных занятий).

2.5. Формы аттестации

Формы подведения итогов по дополнительной образовательной программе «Спортивная секция» для детей дошкольного возраста:

- проведение открытых занятий с приглашением родителей;
- участие в праздничных утренниках; - проведение отчетного концерта в конце года.

Количество часов на реализацию: занятия проводятся 2 раза в неделю, общее количество – 64 занятий в учебном году в каждой возрастной группе. Занятия проводятся в период наиболее активного посещения детьми детского сада – с 1 октября 2020 года по 31 мая 2021 года.

В начале года оцениваются общие психофизические данные детей:

восприятие, внимание, память, координация, а также музыкально – ритмическое развитие:

- умение концентрировать внимание, воспринимать, запоминать материал;
- простейшие навыки координации: право, влево, вперёд, назад, круг, колонка;
- умение слушать музыку, определять её характер, настроение, темп (быстрый, медленный).

На конец года критериями оценки освоения программы являются показатели:

- умение чётко исполнять музыкальные движения, различать вступление, сильную и слабую доли, начало и конец фразы;

- запоминать и воспроизводить комбинации, перестроение по рисункам, хореографические комбинации; - освоения навыка эмоционального, образного исполнения;

- способность импровизировать.

Форма реализации: обучение детей проходит на специально организованных занятиях во второй половине дня. Способ организации: группа.

2.6. Оценочные материалы

Карта диагностики уровня психомоторного и музыкального развития ребёнка

Цель диагностики: выявление уровня психомоторного и музыкального развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специальных подобранных заданий.

Ф.И. ребенка _____

Год рождения _____

	Нач.года	Конец года
Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности)		
Творческие проявления.		
Пластичность, гибкость.		
Внимание. Память.		
Проявление некоторых характерологических особенностей ребенка (скованность-общительность, экстраверсия-интроверсия)		
Эмоциональная сфера		
Координация движений		

Я привожу критерии оценки параметров, определяющих уровень музыкального и психомоторного развития в соответствии с 5-балльной системой.

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 в музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

5 баллов – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки;

4-2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;

0-1 балл – 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.

Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

Внимание - способность не отвлекаться от музыки и процесса движения.

Память- способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений.

Подвижность нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон – это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д. Запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.

Координация, ловкость движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе.

Гибкость, пластичность – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения.

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики и развития ребенка на протяжении определенного периода времени.

2.7.Методические материалы

Приемы и методы организации работы кружка

Подгрупповые занятия в кружке в игровой форме, круговой, поточный метод.

Используются наглядные и словесные методы, обязательно музыкальное сопровождение.

Рабочая программа является «открытой» и предусматривает вариативность, интеграцию, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.

Срок реализации рабочей программы один учебный год.

2.8. Список используемой литературы

1. Амосова Т.Ю. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой А.Н., - Москва, 2011
2. Подольская Е.И. Необычные физкультурные занятия для дошкольников. –Волгоград, 2011.
3. Солнцева Е.А., Белова Т.В. 200 упражнений для развития общей и мелкой моторики. –Астрель. Москва, 2007
4. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. - Москва, 2011.
5. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду. Игровой стретчинг. –Москва, 2010.
6. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са – Фи – Дансе. Танцевально – игровая гимнастика для детей. –СПб, 2003.